EDIÇÃO 1528 - ANO 30 - Nº 07 - 17/02/2023

CARAS

www.caras.com.br

Rainha de bateria da Grande Rio, a artista questiona cobranças comportamentais e estéticas que cercam as mulheres e luta por mudanças: "Não quero mais ceder aos velhos padrões"

PAOLLA OLIVEIRA:

"VÁRIAS VEZES, EU ME SINTO INADEQUADA"

APAIXONADA PELA FOLIA, THELMA ASSIS DESFILARÁ EM SP E NO RIO

NASCE LUCA, O FILHO DE CLAUDIA RAIA E JARBAS

ÁLVARO XARO: O *INFLUENCER* FÃ DA VIDA REAL

AS ESCOLHAS COMPROMETIDAS E OTIMISTAS DA ATRIZ FLÁVIA REIS

SP | ALAMEDA GABRIEL: Al. Gabriel Monteiro da Silva, 525 - Jd. América - (11) 97594-4788
SP | SHOPPING ANÁLIA FRANCO: Av. Regente Feijó, 1739 - Piso Lírio - Loja LR37 - (11) 95590-9993
SP | D&D SHOPPING: Av. das Nações Unidas, 12.555 - Piso (-1) - Lojas 134/135 - (11) 97416-3624
SP | SHOPPING LAR CENTER: Av. Otto Baumgart, 500 - Piso Térreo - Loja 106 - (11) 95779-0843

BEBA COM MODERAÇÃO

CUSQUEÑA
GOLDEN
LAGER

CUSQUEÑA
TRIGO

CUSQUEÑA
DARK LAGER
MAIS QUE
UMA CERVEJA,
A EXPERIÊNCIA.
CERVEZA PREMIUM
CUSQUEÑA

GETTY IMAGES

Carnaval
… "A baiana se foi na religião do Carnaval
Como quem cumpre uma promessa.
Todos cumprem suas promessas de gozar.
Explodem roncos roucos trilos tchique-tchiques
E o falsete enguia esguia rebejando pelo aquário multicor
Cordões de machos mulherizados,
Ingleses evadidos de pruderie,
*Argentinos mascarando a admiração com desdéns superiores!…"**

* **Mário de Andrade** (1893-1945) foi um poeta, contista, cronista, romancista, musicólogo, historiador de arte, crítico e fotógrafo brasileiro.

THELMA ASSIS E A

AO DESFILAR EM SP E NO RIO,

por **Daniel Palomares**

Já são 18 anos entrando na avenida do samba, em São Paulo, mas o frio na barriga continua o mesmo! **Thelma Assis** (38), a **Thelminha**, tem uma longa história com o carnaval e, em 2023, terá missão dupla na folia. A médica e apresentadora desfilará pela Mocidade Alegre, na capital paulista, e brilhará na Mangueira, no Rio. *"A minha maior terapia é o carnaval. Não tem como passar por essa avenida sem ser feliz!"*, comemora ela, em bate-papo exclusivo com CARAS, no Sambódromo do Anhembi, palco da folia paulistana. Dividindo-se entre a Medicina e o quadro *Bem Estar*, no global *É de Casa*, a vencedora do *BBB20*, nesse momento, só quer saber de uma coisa: sambar!

"Minha maior terapia é o carnaval. Não tem como passar sem ser feliz!"

– Qual a importância de desfilar no carnaval?

– É muita responsabilidade desfilar em uma escola de samba. Você tem que se dedicar. Ao longo do ano, tento sempre estar presente. Coloquei na agenda as datas dos ensaios para não deixar nada a desejar. Fui me apaixonando pelo

TERAPIA NA AVENIDA DO SAMBA

ELA FESTEJA A RESILIÊNCIA DAS MULHERES NEGRAS

Fã da folia, a musa se diverte em meio às alegorias que aguardam para entrar na avenida. Ela brilhará na Mocidade Alegre e na Mangueira.

"Fico nervosa a cada desfile, o coração bate mais forte."

Ao assumir uma postura combativa diante de falas e comentários negativos nas redes sociais, Thelma se torna exemplo para outras mulheres pretas.

Sua força vem justamente das respostas positivas. Para ela, o carnaval é uma espécie de ode à vida: a cada ano uma emoção e um simbolismo diferentes.

carnaval, não só pela festa, mas por tudo que envolve a folia. Desde a divulgação o enredo, acompanho a sinopse, a escolha do samba, cada passo para chegar até o desfile. Muita gente gosta só de curtir a festa, mas sigo cada detalhe. Eu recomendo para todo mundo, pelo menos uma vez na vida, prestigiar essa festa assistindo ou desfilando. Você não tem noção da energia que é!

– E o que passa na cabeça e no coração ao pisar na avenida?

– Fico muito nervosa antes de cada desfile, o coração bate mais forte. Sentimos uma emoção diferente a cada ano. Às vezes, o enredo tem muito a ver com você, como neste ano com a Mangueira, falando de África, Bahia e mulheres pretas. Às vezes, você passou por um ano muito difícil e é no carnaval que você aproveita para se jogar, se recuperar, renovar todas as energias. Às vezes, é uma

Médica e apresentadora, a vencedora do *BBB20* esbanja samba no pé e não perde nenhum ensaio técnico. Neste ano, ela tem dupla jornada.

comemoração. Eu desfilei para comemorar que eu tinha ganhado uma bolsa de 100% na faculdade de Medicina. As emoções são diferentes, mas no final a sensação é a mesma, é muito gostoso. Depois de uma pandemia em que nos questionamos até se as coisas iriam

"Me tornar um exemplo para outras mulheres pretas é muito importante."

voltar a ser como antes, ter um carnaval fora de época, em 2022, foi importante. Mas neste ano voltamos com tudo. Tenho certeza de que todo mundo que é sambista está muito feliz.

– Que balanço faz de tudo que conquistou desde o *BBB*?

– O *BBB* me abriu muitas portas. Foi um portal de boas oportunidades e possibilidades que nunca imaginaria ter, lugares a que não imaginaria chegar. É muito gratificante olhar para trás e ver tudo que passou. Eu me inscrevi de forma bem raiz, mandei vídeo, fiquei lá os 98 dias e depois saí para me deparar com tanta coisa bacana. Estar aqui nesta matéria, desfilar na Fashion Week, escrever um livro... Não conseguiria fazer nada disso se não fosse o *BBB*.

– Qual a responsabilidade de ter se tornado símbolo para outras mulheres negras no Brasil?

– É uma grande responsabilidade ser exemplo. Quando eu saí, não tinha essa noção. Eu me via lá dentro e me via sozinha, a solidão da mulher negra que tanto se fala. Ocupar um espaço de uma forma solitária, se olhar e não se enxergar. Me tornar esse exemplo para outras mulheres pretas é muito importante. Quando elas falam

Thelminha começou o 2023 cheia de esperança para o Brasil e animada diante de seus projetos pessoais, como o quadro *Bem Estar*, na Globo.

FOTOS: MARTIN GURFEIN; BELEZA: GIL DARF

comigo na rua, me olham nos olhos e dizem como fui importante para a trajetória delas é recíproco. Olho para elas e sinto isso também. A gente é criticada, lida com o ódio da internet, mas o *feedback* dessas mulheres me move.

– E como enfrenta o ódio que, às vezes, recebe nas redes?

– Eu me inspiro muito em quem já viveu isso há muito tempo, figuras públicas que deixaram um legado para nós. Recentemente, perdemos a **Elza Soares** e imagina tudo o que ela já passou! Às vezes, quando fico chateada, penso que o que estou passando, perto do que elas viveram lá atrás, não é nada. Elas correram para que pudéssemos andar. A gente vai continuar apanhando e batendo de frente. Se tiver que ser combativa, vou me fortalecendo junto com outras mulheres que também passam por isso.

– O ano de 2023 ainda está só no início. Quais as expectativas?

– Foi um ano que virou de forma esperançosa. Eu costumo dizer que as pessoas não podem viver dentro de uma bolha. Não adianta só eu estar me sentindo bem, com saúde, com o dinheirinho no banco que ganhei do *BBB*, se vivemos em uma sociedade desigual, com gente sofrendo, pessoas passando fome e desempregadas. Isso gera algo negativo que afeta a todos nós e, enquanto não se conscientizarem disso, não vamos viver plenamente. Eu espero que a gente viva em uma sociedade mais justa, que respeite as mulheres, que seja menos racista. Eu acredito muito nas futuras gerações. Quando a gente conversa com as crianças e vê uma dose de esperança no olhar delas... é uma lição.

“Espero que a gente viva em uma sociedade mais justa e menos racista.”

– O que espera do futuro?

– Uma das grandes oportunidades foi conciliar a Medicina com a comunicação. Eu faço meus quadros, meus VTs no *Bem Estar* e quero continuar nesse caminho. Eu também quero seguir fazendo o *Sambadela*, meu evento voltado aos sambistas. A ideia é que seja aberto para o público nas próximas edições.

"Acredito nas futuras gerações. A esperança delas é uma lição."

FOTOS: AGNEWS

DE VOLTA À FOLIA: DANIELA MERCURY AGITA O RECIFE
CANTORA MARINA SENA SE DESTACA DURANTE 57º BAILE MUNICIPAL

Depois do hiato de dois anos sem acontecer, o Baile Municipal do Recife marcou sua 57ª edição e voltou a emocionar os foliões da capital pernambucana, levando nomes como **Daniela Mercury** (57) e **Marina Sena** (26) ao palco do evento. *"Que noite espetacular! É uma honra abrir o carnaval pernambucano"*, declarou Daniela. "A melhor época do ano acabou de começar", emendou Marina. Com proposta beneficente, o baile arrecadou mais de meio milhão de reais, que serão destinados à doação para instituições filantrópicas do estado.

EMPREENDEDOR RAFAEL CARDOSO
ATOR É O NOVO RP DO LSH HOTEL, NO RJ

Ao que tudo indica, o carnaval de **Rafael Cardoso** (37) será de muito trabalho. O ator conquistou nova posição no luxuoso LSH Hotel, do Rio de Janeiro. Ao lado da gerente de vendas, **Mariana Gramático**, e do jornalista e assessor de imprensa, **Liberado Júnior**, ele é o novo relações públicas do empreendimento, que servirá de *meeting point* para os convidados do badalado Camarote CARAS do Carnaval do Rio. Rafael é quem receberá os convidados do evento no hotel antes de partirem para a Sapucaí.

DANIEL PINHEIRO/AGNEWS

FÔLEGO E ENERGIA DE SABRINA SATO INVADEM AVENIDA
APRESENTADORA BRILHA NO ÚLTIMO ENSAIO TÉCNICO DA SAPUCAÍ

Nem mesmo a chuva desanima **Sabrina Sato** (42). Rainha da Vila Isabel, ela chegou ao Rio de Janeiro e encarou a Sapucaí molhada durante o último ensaio técnico da escola antes do tão esperado desfile. *"Quem aí quer um buquê?"*, brincou a apresentadora, que, desta vez, apareceu fantasiada de noiva carnavalesca. Com direito a véu, muitas pérolas e brilho, o visual foi todo produzido à mão pela estilista mineira **Fabiana Milazzo**. O look era composto por um top, uma saia de tiras curta e aberta e um cinto. Sem perder o fôlego, Sabrina também desfila no carnaval de São Paulo como rainha de bateria da Gaviões da Fiel, escola a qual se dedica há 19 anos.

VIVIANE ARAÚJO EXPÕE SUAS PAIXÕES
A ATRIZ FAZ PREPARAÇÃO PARA JORNADA DUPLA

Inspirada pelo enredo *Delírios de um Paraíso Vermelho*, da Salgueiro, a rainha de bateria **Viviane Araújo** (47) surgiu com um look deslumbrante no último ensaio da escola de samba do Rio de Janeiro. A bordo de um vestido vermelho rendado e com franjas, a atriz mostrou seu talento no samba e se emocionou diante da bateria comandada pelos irmãos **Gustavo** e **Guilherme Oliveira**. Na ocasião, ela estava acompanhada do marido, o empresário **Guilherme Militão** (32). Apaixonada pelo carnaval, Viviane ainda desfila como rainha de bateria da Mancha Verde, em São Paulo.

AGNEWS

AGNEWS

FESTA NA RUA
A BELA NEGRINI

Há 11 anos como rainha do bloco Baixo Augusta, a atriz **Alessandra Negrini** (52) ousou na escolha do look para voltar às ruas da capital paulista. Animada, ela expôs sua simpatia antes de subir ao trio. *"Não tenho que dar show e nem ter samba no pé, mas é uma delícia meu momento de pop star"*, disse, aos risos.

FOTOS: AGNEWS

ADRIANE GALISTEU
TEMPORADA DE ALEGRIA

Confirmada como rainha do camarote Allegria, no Rio de Janeiro, a musa **Adriane Galisteu** (49) está mais do que pronta para a folia. Junto do marido, **Ale Iodice** (51), ela começou as comemorações, que envolvem ainda sua volta à Sapucaí, desfilando pela Portela. No mesmo camarote, **Luiza Brunet** (60) e as *influencers* **Rita Carreira** (28) e **Gabriela Loran** (28) foram coroadas musas, enquanto **Narcisa Tamborindeguy** (56) recebeu o título de rainha da loucura.

OLHAR PLURAL DE NATÁLIA REIS TORNA

GESTORA E SÓCIA DA CASA ESTAÇÃO DA LUZ, ELA CELEBRA PRIMEIRA

"Em junho, nós teremos uma exposição permanente."

No charmoso casarão do século 19, Natália festeja a chegada do carnaval no espaço que faz um elogio às artes, à cultura e ao pensamento. Parceria com Alceu nasce em 2012, quando fez sociedade com o cantor e a mulher, Yanê, em uma loja com artes das músicas dele, a TUDO AV. Com o cantor Martins.

FOTOS: GUSTAVO BETTINI

É com sorriso no rosto que a sócia e gestora da Casa Estação da Luz — espaço de realização e celebração da arte, da cultura e do pensamento —, **Natália Reis** (57), festeja o primeiro carnaval no casarão do século 19, conhecido como casa de **Alceu Valença** (76), no coração do centro histórico de Olinda, em Pernambuco. "*Era um desejo de Alceu e da* ***Yanê****, mulher dele, mas como moram no Rio, não tinham braços para concluir o sonho e me convidaram*", diz ela.

"Como eles não tinham braços para concluir o sonho, me convidaram."

REALIDADE O SONHO DE ALCEU VALENÇA

FOLIA NO CASARÃO E REENCONTRO COM AS RAÍZES PERNAMBUCANAS

O espaço, que tem Alceu como patrono, também é sede do Bloco Bicho Maluco Beleza, idealizado e pilotado por ele desde 2014. *"Reunimos música, teatro, gastronomia, dança, oficinas, projetos sociais, cinema e, a partir de junho,*

"Alceu é de uma generosidade que vejo em poucas pessoas."

teremos uma exposição permanente, Alceu – Um em Vários", disse Natália, que morou em SP por dez anos e festeja o reencontro com a sua terra: *"Olinda é o lugar que eu brincava o carnaval desde a adolescência. Eu e Alceu somos amigos e ele é de uma generosidade que vejo em poucas pessoas"*, frisou ela.

FOTOS: GUSTAVO BETTINI

EM CARUARU, BRUNO DUBEUX MERGULHA NA CULTURA

VIAGEM AO AGRESTE PERNAMBUCANO REAVIVA MEMÓRIAS DO ATOR

Durante *tour* pela capital do forró, Caruaru, em meio ao agreste de Pernambuco, **Bruno Dubeux** (42) aproveitou para desbravar a cultura e a gastronomia local. *"Essa cidade é ícone para a riqueza cultural de nosso estado e eu tenho muito orgulho de ser um pernambucano"*, destacou o ator, que entre uma parada e outra contou com o apoio e a estrutura da Luck Receptivo. Intérprete de Savinho, na trama global das 6, *Mar do Sertão*, o artista já disse que a novela é um divisor de águas em sua trajetória. *"É um reencontro com a minha origem. Fui beber das histórias da minha infância, trejeitos de pessoas da minha família, situações... Acho que me deu mais empoderamento como ator, pernambucano, desfazendo um pouco o estereótipo do nordestino."*

SOM ÚNICO DE BIA VILLA CHAN

ELA LEVA A GUITARRA PARA O FREVO

A cantora **Bia Villa Chan** está lançando o show *Carnavais do Brasil*. Após largar a Odontologia, ela se rendeu à música. *"A arte falou mais alto"*, diz ela, durante ensaio do tradicional bloco Galo da Madrugada.

GUSTAVO BETTINI

GUSTAVO BETTINI

BELEZA DE VANESSA LOPES É DESTACADA POR DUPLA EXPERT

EM ENSAIO, MEL LIMA E MIL MAKES CUIDAM DO VISUAL DA *INFLUENCER*

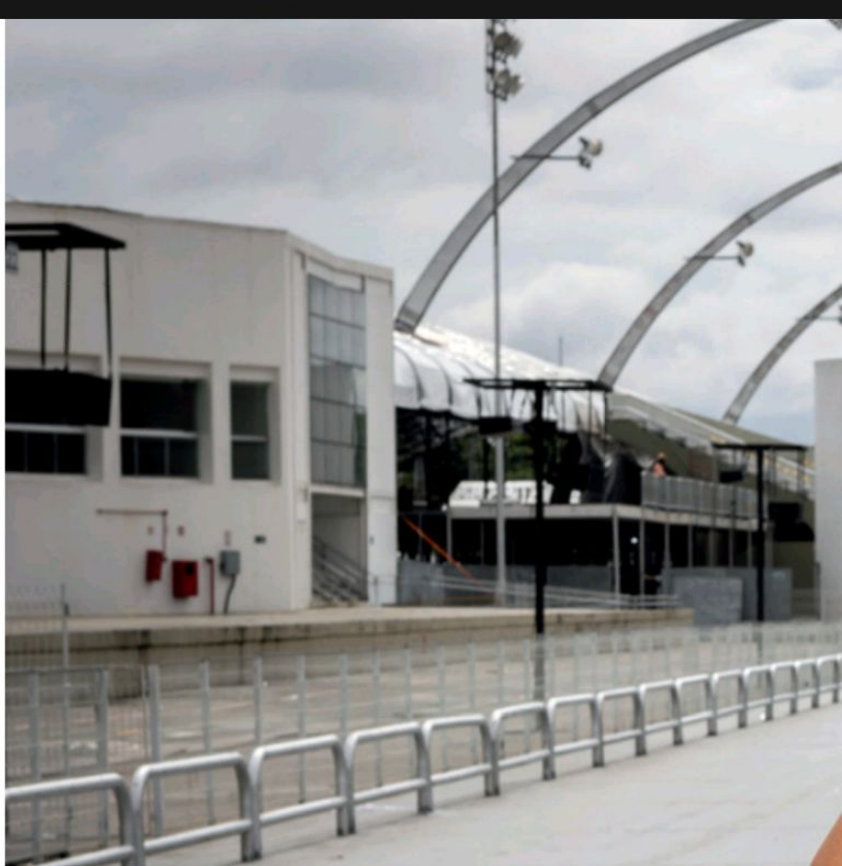
Fenômeno nas redes sociais, a *digital influencer* pernambucana **Vanessa Lopes** (21) caprichou no visual em ensaio exclusivo para CARAS, no seu refúgio, na Praia dos Carneiros, um dos paraisos do estado nordestino. O visual da beldade foi assinado pela dupla de *beauty artist* **Mel Lima** e **Mil Makes**. *"Já fui do time de vôlei do colégio, do basquete, fiz natação, ginástica, dança contemporânea, sapateado. Meus pais sempre disseram para escolher um esporte"*, falou a jovem, que contabiliza mais de 40 milhões de seguidores. *"Eu comecei na pandemia porque sempre gostei de dançar"*, contou ela.

por **Daniel Palomares**

O Carnaval de 2023 terá um significado ainda mais especial para **Aline Midlej** (40). A jornalista da GloboNews comanda, pela primeira vez, a cobertura dos desfiles de São Paulo na TV Globo e ainda terá uma companhia única na folia: a filha **Celeste**, caindo no samba ainda na barriga. "*Me sinto no melhor momento da gestação. A gente tem muita disposição, a barriga já está*

"Me sinto no melhor da gestação. Mais bonita e potente. Celeste vem somar!"

marcando presença, mas não limita movimentos, me agrega um feminino diferente. Me sinto mais bonita e potente. E tem muito significado transmitir o Carnaval grávida, pois os temas da origem da vida, da maternidade, da ancestralidade são muito presentes no Carnaval. Celeste vem pra somar ao time!", comemora Aline.

Ao lado de **Rodrigo Bocardi** (47) e **Aílton Graça** (58), Aline já está preparada para acompanhar cada detalhe das agremiações

ALINE MIDLEJ E A

GRÁVIDA, JORNALISTA LIDERA

Em SP, no Sambódromo do Anhembi, a âncora do *Jornal das 10,* do canal GloboNews, vai debutar na apresentação do carnaval paulistano.

ALEGRIA POR CELESTE NA FOLIA

COBERTURA ANIMADA DOS DESFILES DE SÃO PAULO

> **“Nas visitas aos barracões, me apaixono cada vez mais.”**

Acompanhada de Aílton Graça e Rodrigo Bocardi, a jornalista tem alma carnavalesca, inspirada pelos pais, nascidos em Pernambuco e Bahia. O contato com os membros das escolas de samba, as visitas aos barracões e toda a pesquisa pré-Carnaval deixam a festa ainda mais especial.

dentro e fora da avenida. “*Nas visitas aos barracões, ensaios técnicos, mergulhamos nisso e só me apaixono cada vez mais*”, conta. “*A equipe é incrível, acolhedora e experiente. O Aílton tem sido generoso. Eu e Bocardi chegamos para a estreia juntos e teremos a chance de imprimir uma nova personalidade*”, torce.

Com 40 anos recém-completados em fevereiro, Aline brinda o ótimo momento na carreira e na vida pessoal com a chegada de

> **“Passei parte da vida tendo uma visão distorcida do que seria chegar aos 40.”**

Celeste. “*Passei parte da vida tendo uma visão distorcida do que seria chegar a essa idade. A maturidade é de uma beleza única. Sou a favor da liberdade. Precisamos ser livres para ser como quisermos. Cuido da mente e do corpo desde sempre. A cabeça precisa estar em dia com as nossas mudanças de vida. Desejo que a Celeste chegue com muita saúde e disposição para embarcar nessa coisa fascinante chamada vida*”, conclui.

FOTOS: GLOBO / DANIELA TOVIANSKY

DIMY
winter 23
Agende com seu representante
e conheça uma coleção surpreendente.

VICTOR CHAPETTA/AGNEWS

GRAZI E A HERDEIRA
SHOPPING COM SOFIA

De volta ao Rio de Janeiro depois de passar uns dias na Bahia, a atriz **Grazi Massafera** (40) curtiu um programa mãe e filha. Acompanhada da herdeira, **Sofia** (10), ela fez compras em um shopping na zona sul da cidade. *"Que bênção! Meu amor infinito, que assim sejam sempre nossos momentos, transbordando juntas afeto, alegria, sintonia, fome, encantamento, magia, proteção e muito, muito amor!"*, disse a artista. Filha única, fruto da antiga união com o ator **Cauã Reymond** (42), Sofia é muito agarrada à mãe. *"Tudo na minha vida mudou com a maternidade"*, já afirmou a loira.

MEGA/GC IMAGES

GISELE BÜNDCHEN EM MIAMI
A ROTINA DE MÃE DA *ÜBERMODEL*

O *look* simples destoava do que o mundo está acostumado a ver. Mas é assim que a *übermodel* **Gisele Bündchen** (42) dá vez à sua versão mãe. Sem glamour, a musa levou a filha, **Vivian** (10), para aula de equitação em Miami, na Flórida, nos EUA. Recém-separada, a gaúcha está reconstruindo a vida ao lado dos filhos e com a cabeça erguida.

FOTOS: MARIANA TESSAROTO

ARANCAM BATIZA ANGELINA
CAÇULA DO TENOR RECEBE A BÊNÇÃO

Seguindo a tradição da família, o tenor **Thiago Arancam** (41) e a mulher, a empresária **Aline Frare**, batizaram a caçula, **Angelina** (7 meses), no Santuário Nacional de Aparecida, no interior de SP. A cerimônia foi realizada pelo padre **Antonio Maria** (77). *"Nossa família unida pelo amor em Cristo"*, celebrou Thiago, que também é pai de **Francisco** (3). Para a ocasião, Aline fez questão de usar o mesmo vestido e penteado do batismo do primogênito.

NEIL MOCKFORD/GC IMAGES

CONQUISTAS DE LIZZO

CANTORA EXIBE LADO FASHION

Estilosa, a cantora **Lizzo** (34) deixou um estúdio em Londres, na Inglaterra. Vivendo uma ótima fase, recentemente a norte-americana venceu o Grammy na categoria Gravação do Ano e comprou a primeira residência, avaliada em R$ 77 milhões. A casa localiza-se em um condomínio de luxo, no alto das montanhas, acima de Beverly Hills, na Califórnia, nos EUA. *"É um marco para mim"*, afirmou a estrela, que há dez anos costumava dormir no carro ou no sofá da casa dos amigos.

VAN CAMPOS/AGNEWS

TAÍS ARAUJO CURTE SHOW

ATRIZ PRESTIGIA EMICIDA EM SP

Vestindo uma calça jeans e um corselete com transparência, a atriz **Taís Araujo** (44) se jogou no primeiro show da turnê *AmarElo*, do *rapper* **Emicida** (37), que aconteceu em São Paulo. *"Esperei muito por esse momento"*, disse a estrela. O *look* valorizou as curvas da artista. *"Estou adorando ficar mais madura, porque me dá uma liberdade com o meu corpo, comigo, com o que eu desejo. Eu estou curtindo amadurecer"*, diz a jurada do programa global *The Masked Singer Brasil*.

FOTOS: ENY MIRANDA/DIVULGAÇÃO

ROCK NA VEIA

GRAVAÇÃO DE DVD

Noite de rock e emoção no Rio de Janeiro. A banda Detonautas Roque Clube reuniu fãs, amigos e familiares em um teatro no Rio de Janeiro para a gravação do DVD em comemoração aos 20 anos do grupo. O vocalista, **Tico Santa Cruz** (45), cantou os seus *hits* e recebeu participações especiais, como a do cantor **Di Ferrero** (37). O casal de *promoters* **Liège Monteiro** e **Luiz Fernando Coutinho** foi o responsável pela lista VIP do evento.

por Caroline Pereira*

Envelhecimento na área dos olhos é natural. Porém é possível prevenir

Amadurecer bem não significa manter a aparência dos 20 anos para sempre, mas prevenir as questões de saúde e amenizar sinais típicos da idade, como rugas, linhas de expressão e flacidez, principalmente na área dos olhos. Adotar um estilo de vida saudável contribui para amenizar as marcas de expressão. Já para tratar, toxina botulínica e ácido hialurônico são boas opções.

O envelhecimento ocorre de forma natural e alguns efeitos desse processo se dão, principalmente, na região dos olhos, uma das áreas mais afetadas e onde os sinais do tempo chamam mais atenção, por ser uma pele mais fina e delicada.

O envelhecimento gera grande perda de colágeno, responsável por dar mais firmeza e elasticidade à pele, além da perda de massa óssea e gordura. Com isso, surgem as rugas, como os pés de galinha, as bolsas de gordura, que ficam mais evidentes devido à perda de estruturação ao redor, além de as pálpebras ficarem flácidas e redundantes.

Alguns fatores podem acelerar e até piorar o surgimento desses sinais, como o excesso de exposição ao sol, a falta de hidratação da pele e o consumo de cigarros. E o que pode ser feito? As medidas para amenizar e evitar o envelhecimento surgem graças ao avanço da tecnologia e da ciência.

O bom e conhecido *skincare* é essencial para uma aparência jovem e saudável. Limpar e remover a maquiagem e resíduos ao redor dos olhos são gestos fundamentais para manter a pele saudável e promover a regeneração celular. Isso, geralmente, é seguido por um sérum antioxidante rico em vitamina C e protetor solar, que é o primeiro passo na prevenção do processo de envelhecimento.

Para garantir melhores resultados, é preciso aderir a produtos específicos para a região dos olhos e tipo de pele, bem como consultar um dermatologista para avaliar suas necessidades.

Outra medida essencial é dormir bem! A falta ou privação de sono adequado pode desencadear diversas consequências à saúde, além de favorecer o envelhecimento, que fica muito evidenciado na área dos olhos, no olhar cansado e na pigmentação ao redor.

A solução? Manter uma alimentação mais equilibrada e saudável, praticar atividades físicas com frequência e evitar o consumo de álcool, drogas e cigarros também são fatores que contribuem, e muito, para a qualidade da pele, previnindo o envelhecimento.

As rugas no canto dos olhos, também chamadas de pés de galinha, aparecem pelo constante movimento dos músculos ao redor dos olhos e na face e, com isso, a pele vai vincando até as marcas ficarem mais profundas e evidentes.

Como alternativa de tratamento, para minimizar o aspecto enrugado de forma temporária, e como prevenção, podemos usar a toxina botulínica. Quando aplicada corretamente, ela pode suavizar as rugas ao redor dos olhos, além de abrir mais o olhar e elevar as sobrancelhas.

Com o mesmo intuito de abrir o olhar e elevar as sobrancelhas, também pode ser feita a técnica do Fox Eyes, por meio do uso de fio cirúrgico para manter a sustentação e a elevação da cauda do supercílio, além de proporcionar um olhar com formato amendoado.

Já quando falamos em perda de estruturação ao redor dos nossos olhos, que acaba ocasionando uma certa profundidade, o ácido hialurônico é uma ótima alternativa. Ele pode ser usado para preencher a região e amenizar sinais de envelhecimento.

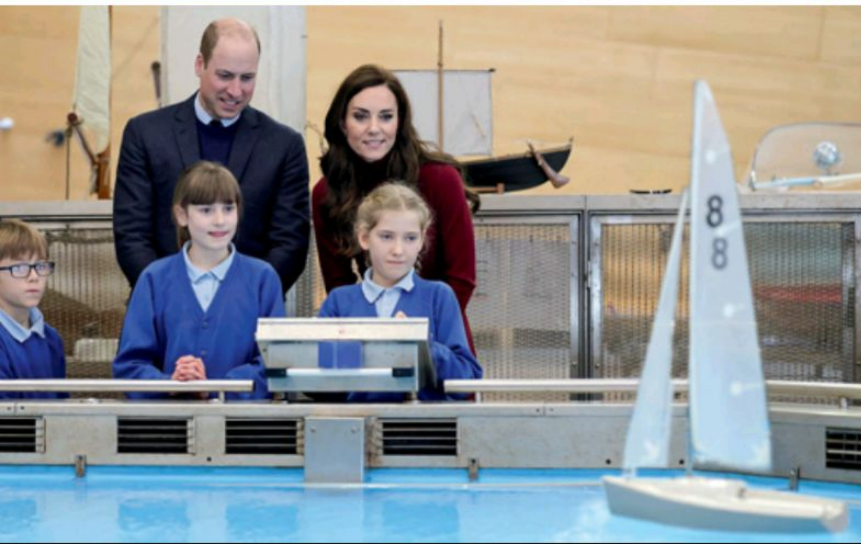
Nos casos em que o excesso de pele das pálpebras é mais significativo, indica-se a técnica de blefaroplastia. Trata-se de uma cirurgia plástica reparadora que remove todo o excesso de pele e as bolsas de gordura, ou seja, é um tratamento a longo prazo. Encontrar o melhor método para amenizar ou prevenir as rugas ao redor dos olhos é essencial e os procedimentos devem ser indicados por um médico dermatologista.

***Caroline Pereira** *(CRM 134430) é dermatologista pela SBD com residência pela PUC-Campinas e Cirurgia Dermatológica e Cosmiatria pela FMABC. Instagram: @dracarolinepereira*

WILLIAM E KATE MIDDLETON SE
DUQUES DO CONDADO, ELES IGNORAM PROTESTO E

Príncipes de Gales falam com moradores e visitam projetos sociais na região da Cornualha, a oeste de Londres. Par vai ao Museu da História Marítima e vê vela que era de Elizabeth.

"Dá para ver por que esse lugar é especial para todos." **(Kate)**

FOTOS: GETTY IMAGES

Poucas pessoas sabem, mas após a morte da rainha **Elizabeth II** (1926-2022), **William** (40) e a eleita, **Kate Middleton** (41), herdaram não só o título de Príncipes de Gales, mas também o de Duques da Cornualha — antes pertencente ao rei **Charles III** (74). E para fazer jus à nomeação real, o casal fez a primeira viagem ao condado da Cornualha, a oeste da capital inglesa, Londres. O *tour* começou com uma parada no Museu Marítimo Nacional, em Falmouth. *"Aqui, não é apenas o lar da história marítima, mas também um excelente centro educacional que transfere habilidades e conhecimentos entre gerações"*, destacou William, primeiro na linha de sucessão ao trono britânico. Por lá, eles ainda conferiram o restauro de uma vela

ENCANTAM COM A CORNUALHA

FAZEM LIÇÃO DE CASA PARA MANTER POPULARIDADE

dada pela Marinha Real da Nova Zelândia a Elizabeth II e seu **Philip** (1921-2021) por ocasião do casamento dos nobres, em 1947.

Como de costume, eles também conheceram projetos sociais organizados pela comunidade local.

"Não é apenas o lar da história marítima, mas um centro de educação." *(William)*

"Que lugar brilhante! Desde serviços de apoio ao bem-estar até grupos de primeira infância, espaços para todos os tipos de esportes e outras atividades, vocês podem ver por que o centro é especial para a comunidade", ressaltou Kate, sobre o centro social da comunidade.

Sem os herdeiros, **George** (9), **Charlotte** (7) e **Louis** (4), o casal real passou por uma saia justa durante a viagem. Um manifestante protestou em meio aos súditos que aguardavam a chegada dos príncipes. *"Chega de monarquia! É o século 21, não precisamos dessa coisa ridícula"*, gritava o homem, com um cartaz nas mãos. Os nobres não se abalaram e seguiram com a agenda de compromissos sem se pronunciar sobre o fato. O manifestante foi preso pela polícia e liberado após o casal deixar o local. O gesto, no entanto, é isolado. Mesmo diante das acusações de **Harry** (38) em seu livro — *O Que Sobra* —, William e Kate seguem com a popularidade em alta.

VITOR EDUARDO/AGNEWS

MAR QUE RENOVA MARCELLO MELO JR.

Praia é sinônimo de diversão para todo carioca e **Marcello Melo Jr.** (35) não pensa diferente. No ar com a global das 6, *Mar do Sertão*, ele aproveitou pausa nas gravações para cair no mar. *"Aquele mergulho que nos renova!"*, falou.

FABRICIO PIOYANI/AGNEWS

DESFILE ESTRELADO A MUSA ALINE CAMPOS

Acostumada a arrancar suspiros por onde passa, **Aline Campos** (35) foi a estrela do desfile do estilista **Amir Slama** (56), que lançou nova coleção em parceria com **Narcisa Tamborindeguy** (56), na Cidade Maravilhosa. *"Foi lindo e divertidíssimo o desfile"*, destacou a musa, radiante na passarela e solteira após o fim da relação com **Jesus Luz** (36). Conhecido por suas criações com a moda *beachwear*, Amir foi aplaudido por um poderoso time vip, que incluiu nomes como **Leticia Sabatella** (51) e **Brenda Costa** (40). *"Um encontro maravilhoso e muito alto-astral"*, definiu Narcisa, entre as mais animadas.

KARWAI TANG/WIREIMAGE

JULIANNE MOORE: NY ESTREIA NAS TELONAS

Um time célebre prestigiou o lançamento de *Sharper - Uma Vida de Trapaças*, longa estrelado pela atriz e vencedora do Oscar, **Julianne Moore** (62). A protagonista esteve na *première* ao lado dos colegas de elenco **Sebastian Stan** (40), **Briana Middleton** (32) e **Justice Smith** (27). A obra é ambientada na cidade de Nova York e retrata desde as coberturas da Quinta Avenida aos cantos mais sombrios do bairro do Queens. *Sharper* acompanha a história de uma golpista, interpretada por Moore, que se envolve em trambiques no universo dos bilionários de Manhattan. Stan, seu comparsa no longa, dá vida a um especialista em planos complexos de fraude que costumam render bastante dinheiro a todos os criminosos envolvidos.

FOTOS: SOUTH SUDAN PRESIDENCY OFFICE / HANDOUT/ANADOLU AGENCY VIA GETTY IMAGES

PAPA: SUDÃO DO SUL
VISITA OFICIAL À ÁFRICA

O papa **Francisco** (86) se encontrou com líderes políticos e religiosos em visita oficial ao Sudão do Sul, na África. O pontífice foi recepcionado pelo presidente local, **Salva Kiir Mayardit** (71), no palácio presidencial, e aproveitou para conhecer fiéis pela cidade de Juba, a capital do país.

MAMMA MIA! CHEGA AO RIO
DANI CALABRESA PRESTIGIA GUEIROS

Sucesso da Broadway, o musical *Mamma Mia!* estreou na capital carioca no teatro Multiplan, localizado no Village Mall, na Barra da Tijuca. As atrizes **Maria Clara Gueiros** (57) e **Maria Brasil** (22) receberam famosos no evento, que se divertiram com o clássico nos palcos. **Dani Calabresa** (41) foi uma das personalidades que marcou presença e parabenizou as amigas.

FABRICIO PIOYANI/ AGNEWS

AGNEWS

SERGIO GUIZÉ E ISADORA CRUZ EM CENA QUENTE NO RIO
NOVELA GLOBAL, *MAR DO SERTÃO*, SE APROXIMA DO ÚLTIMO CAPÍTULO

Reta final para *Mar do Sertão*, sucesso das 18h na Globo. Algumas das cenas decisivas da trama já foram gravadas. Entre elas, um momento de romance e intimidade, em uma praia do Rio de Janeiro, entre os personagens de **Sergio Guizé** (42) e **Isadora Cruz** (25), que vivem Zé Paulino e Candoca no folhetim.

"Eu estou bastante feliz com o meu personagem, com a evolução dele e, principalmente, com este arco dramatúrgico. O Zé começou com todo aquele sofrimento e, agora, próximo do fim, ele tem conseguido fazer justiça. Está ligando os pontos e deixando aparecer mais o lado herói e justiceiro", declarou Guizé.

Todos os olhares do State Farm Stadium, no Arizona, se voltaram para a diva **Rihanna** (34), que fez retorno triunfal aos palcos durante o Super Bowl LVII, a final do campeonato de futebol norte-americano, principal evento esportivo dos EUA. "*Um show de Rihanna interrompido por um jogo. Que estranho, mas tudo bem*", dizia a camiseta usada pela modelo **Cara Delevigne** (30). A emoção com decisão da partida, vencida pelo Kansas City Chiefs, foi ofuscada pela expectativa do público que contava os minutos para ver a diva

"É importante para a representatividade, para que meu filho veja isto." *(Rihanna)*

subir aos palco após hiato de sete anos. E a espera valeu a pena! Não apenas pelo show da estrela como pela surpresa que ela reservou aos fãs: Rihanna aproveitou a ocasião para revelar ao mundo a sua segunda gestação, fruto da feliz relação com o *rapper* **A$AP Rocky** (34), com quem já tem um herdeiro. Durante o show, a artista acariciou a barriga inúmeras vezes e seus representantes confirmaram que a diva pop espera mais um filho. *"Estou pensando em trazer algum convidado para o palco"*,

Kansas City Chiefs consagra-se campeão do Super Bowl LVII

RIHANNA FAZ

DIVA SE APRESENTA NO

Estrela se apresenta pela primeira vez no show do Super Bowl. Após hiato de sete anos, ela volta e faz surpresa ao mundo: a gravidez.

Usando estiloso look vermelho na apresentação, a barriguinha de Rihanna chama atenção do público e coroa momento único

RETORNO TRIUNFAL AO PALCO
SUPER BOWL E SURPREENDE COM NOVA GESTAÇÃO

Tiffany Haddish, Alessandra Ambrosio, Cindy Prado, Serena Williams e Olivia Culpo marcam presença

Cara Delevigne usa look engraçado

Mesmo diante da grande final do Super Bowl, todos os olhos voltam-se para Rihanna. Famosos como Jay Z e Cara Delevigne prestigiam a diva, que será mamãe novamente.

***"Rihanna foi interrompida por um jogo."* (Cara Delevigne)**

Jay Z se diverte ao lado das líderes de torcida do Philadelphia Eagles

FOTOS: GETTY IMAGES

chegou a dizer ela, poucos dias antes de subir ao palco.

Rihanna recebeu o convite para o Super Bowl apenas três meses após dar à luz seu primeiro filho. "Pensei: *'Será que deveria? Deveria estar tomando decisões desse tamanho agora? Talvez me arrependa'. Mas quando se torna mãe, você sente que consegue dominar o mundo. Não subo ao palco há sete anos, é assustador, mas também muito animador. É importante para a representatividade. É importante que meu filho veja isto*", ponderou a cantora, na véspera do aguardado show.

"Quando você se torna mãe, sente que consegue dominar o mundo." ***(Rihanna)***

A apresentação da estrela, que já entrou para a história do evento esportivo, foi prestigiada por grandes nomes do entretenimento, como **Adele** (34), **Billie Eilish** (21), **Serena Williams** (41), além do mentor de Rihanna, **Jay Z** (53), que foi acompanhado da herdeira **Blue Ivy** (11), fruto do casamento com a diva **Beyoncé** (41).

Belos e confortáveis biquínis, maiôs, saídas de praia e sungas, de confecção exclusiva, que vão do infantil a todos os tamanhos. Também oferece roupas fitness das principais marcas do mercado e tudo com preços muito competitivos.

A MELHOR MODA PRAIA
DE JUNDIAÍ E REGIÃO

Espaço Maria Marítima

Família Doná

Maria Claudia com o Look Fitness

Área externa da Maria Marítima Café

Drink Funcional

Café Fresquinho

VENHA NOS FAZER UMA VISITA
Rua Dr. Édson Zardeto de Tolêdo, 226, Chácara Urbana, Jundiaí SP 13209-120 - Concept House
maria.maritimamodapraia (11) 91626.2211

ESTILO
BRIT AWARDS

Vick Hope, de De Fichier

Salma Hayek, de Alexander McQueen, na entrega dos prêmios do Brit Awards, na O2 Arena, em Londres, Inglaterra

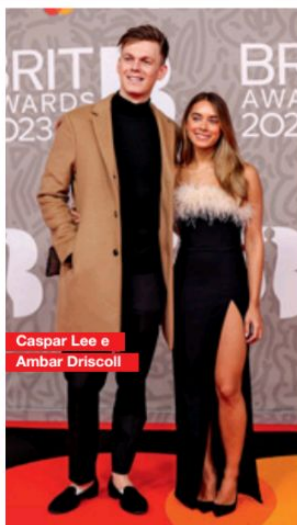
Laura Whitmore

Billie Piper, de Roberto Cavalli

Charli XCX, de Ludovic de Saint Sernin

Iris Law

Ashley Roberts

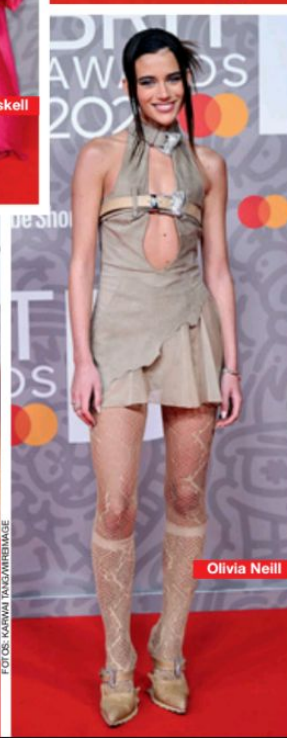
Montana Brown, de Lurelly

Caspar Lee e Ambar Driscoll

Kim Petras, de Maison Valentino

PAOLLA OLIVEIRA FAZ DO CARNAVAL O SEU

RAINHA DE BATERIA DA GRANDE RIO, A ATRIZ LUTA PARA ROMPER COM

FOTOS: JULIANA FERRER; DIREÇÃO CRIATIVA E PRODUÇÃO: FABRÍCIO ANDRADE; STYLING: MARCELL MAIA; LOOK: ATELIER MARCIO FERREIRA; HAIR: FELLIPE PARKS; BELEZA: GABRIEL GOMEZ E AGRADECIMENTOS: AGÊNCIA LABI

por **Priscilla Jucá** e **Tamara Gaspar**

A história do carnaval é feita de musas. E **Paolla Oliveira** (40), sem dúvida, é um capítulo à parte quando o assunto é o samba. Rainha de bateria da Acadêmicos do Grande Rio e dona do título de símbolo sexual da festa, a atriz confessa que fugir de rótulos é sua constante luta. "*A gente precisa desconstruir essa ideia careta. A gente está vivendo um momento de muita liberdade, liberdade do nosso corpo. Estou sedenta por mudanças na minha vida e não quero mais ficar cedendo aos velhos padrões. Não tem essa história de preparação para o carnaval, a gente já está preparada!*", disparou ela, no ensaio técnico da Acadêmicos do Grande Rio, na Marquês de Sapucaí. Consciente de seu papel como figura pública, Paolla quer usar a voz para desmistificar a imagem do corpo feminino. "*Se eu tenho essa voz, por que não fazer uma reflexão e inspirar as pessoas. Quero estar bonita, quero estar bem no carnaval, mas tenho muito mais coisas para falar, quero questionar e quero que as pessoas se sintam questionadas*", falou a atriz, em entrevista exclusiva à CARAS.

"Estou sedenta por mudanças e não quero ficar cedendo a velhos padrões." *(Paolla)*

De férias das telinhas desde o fim da trama global das 7, *Cara e Coragem*, Paolla admite que, por muito tempo, a insegurança foi uma espécie de inimiga interna, principalmente, quando o assunto era seu corpo. "*Já venho me incomodando com tudo isso há muito tempo, mas nem sempre a gente percebe que está fazendo parte de padrões, é meio sem nem perceber. A gente precisa renascer e acho que estou reflorescendo de mim mesma, das minhas questões, das dificuldades e de um lugar que eu posso falar com muita tranquilidade, que é esse do corpo, da beleza, da exposição, das pressões e dos padrões*", diz a eleita

PALCO DE EMPODERAMENTO E REFLEXÃO

PADRÕES DE BELEZA E DIZ VIVER FASE LIVRE DE PRESSÕES ESTÉTICAS

A atriz em ensaio técnico pela Grande Rio, escola campeã de 2022 e a favorita ao bicampeonato com homenagem ao cantor Zeca Pagodinho.

"Há anos a Grande Rio faz um desfile campeão." **(Paolla)**

do sambista **Diogo Nogueira** (41). Sem se abalar com julgamentos e com o olhar do outro, Paolla quer mostrar às mulheres que empoderamento não é uma questão estética. *"A gente nunca é o suficiente para quem tem uma expectativa que não é a sua realidade. A gente está sempre fora dos padrões. Por mais*

"A gente está sempre fora dos padrões. Me sinto inadequada várias vezes." ***(Paolla)***

próxima que eu esteja de algum padrão, eu nunca estou aceitável, me sinto inadequada várias vezes e isso, infelizmente, é uma constante para todas as mulheres. E eu me enquadro nisso", explica ela, cuja fala é inspirada pelo próprio carnaval, *"Estou aqui porque me identifico com essa festa, gosto de me identificar com outras mulheres e com pessoas que têm problemas diferentes dos meus. O carnaval me inspira a*

falar de coisas que são importantes para mim", emendou Paolla. Após o ensaio, ela deu rasante no Camarote Arpoador, do qual é a musa. E, mais uma vez, brilhou.

Neste ano, a escola do coração de Paolla leva para a avenida do samba uma homenagem ao singular **Zeca Pagodinho** (64), que, cla-

"Eu acho que a minha mãe vai chorar quando eu estiver na avenida." ***(Yasmin)***

ro, marcou presença na noite. *"Zeca Pagodinho que me perdoe, mas eu prefiro levar a vida do que deixar a vida me levar!"*, brincou a rainha da agremiação, em referência à música *Deixa a Vida Me Levar* e, mais uma vez, provando que é dona de sua história e de suas escolhas. *"Será um desfile lindo, animado, feliz… a Grande Rio já faz há muitos anos um desfile campeão e, no ano passado, isso foi confirmado"*,

Alegria de Zeca e Paolla. Acima, Renata, Yasmin, Zeca, Mileide, Micheli Machado, Monique, David, Pequena Lo e Xamã. Luiza, Yasmin e Armando, pai da loira. David Brazil.

No Camarote Arpoador, Paolla é ladeada por Zeca Pagodinho e Jayder Soares, presidente de honra da Grande Rio. Monique Alfradique em ensaio na Sapucaí.

FOTOS: PAULO DE DEUS E DIVULGAÇÃO/AGÊNCIA LABI

argumentou a atriz, cuja opinião é reforçada por **Jayder Soares**, presidente de honra da escola. *"Nós vamos conseguir nos consagrar mais uma vez! Se não fosse a comunidade de Caxias, não conseguiríamos toda essa vitória. É um trabalho de família"*, celebrou ele, confiante no samba-enredo: *Ô Zeca, o Pagode Onde É Que É? Andei Descalço, Carroça e Trem, Procurando por Xerém, pra Te Ver, pra Te Abraçar, pra Beber e Batucar!*

Adorada por uma legião de famosos, a escola contou com um ensaio estrelado. Nomes como a eterna musa do carnaval **Luiza Brunet** (60) com a filha, **Yasmin Brunet** (34), **Monique Alfradique** (36), **Renata Kuerten** (34), **Pequena Lo** (27), **Mileide Mihaile** (33), além de **David Brazil** (53) e **Xamã** (33) marcaram presença. *"Estar com a Yasmin aqui é emocionante! A primeira vez que ela desfilou, estava na minha barriga! Ela sempre me acompanhou nos ensaios, no barracão da escola. Ela fica preocupada com as comparações, mas vai se sair superbem"*, assegurou Luiza, sobre a estreia da filha como musa da escola. *"Eu acho que a minha mãe vai chorar quando eu estiver na avenida. Quando me perguntavam quando eu desfilaria, minha resposta era: deixa a vida me levar. Não poderia fazer a estreia em um samba-enredo melhor. Estou feliz, ansiosa e bem cansada, porque é um preparo e tanto!"*, emendou Yasmin.

> **"Estar com a Yasmin aqui é emocionante. A primeira vez, ela estava na barriga."** ***(Luiza)***

Além do gingado e do amor pelo carnaval, outro denominador comum das musas da noite é a relação de profunda intimidade com CARAS, que completa 30 anos e que, para celebrar a data, volta em grande estilo à folia carioca. *"É maravilhoso fazer parte da história da CARAS Brasil. Eu fiz muitas matérias, no Castelo, na Alemanha, em vários lugares, com as crianças pequenas… eu sinto que sou parte dessa história!"*, destacou Luiza, que ainda fez uma viagem no tempo. *"Estive na capa de número 1! Era o* ***Roberto Marinho*** *e a* ***Lili Marinho*** *e tinha uma fotinho pequena minha com a Yasmin!"*, recordou a eterna musa, com olhar de nostalgia. ●

Conforto & Funcionalidade
Rua Quintana, 1012 - Brooklin - São Paulo/SP
vendas.tber@transamericagroup.com.br
Reservas: (11) 5508-5000
htberrini
HT
Berrini

CARAS

DANIELA MERCURY: SP
A DIVA VAI AO *RODA VIVA*

Comandado pela jornalista **Vera Magalhães** (50), o programa *Roda Viva*, da TV Cultura, recebeu a cantora **Daniela Mercury** (57). Em uma sabatina recheada de temas atuais, a baiana mostrou seus pontos de vista e deu uma verdadeira lição de força e empoderamento. *"Somos uma geração de mulheres fortes!"*, costuma dizer a estrela, que registrou a participação na atração ao lado da apresentadora, nos bastidores da emissora, em SP. Pronta para embalar o carnaval da Bahia, a estrela vai puxar o trio elétrico Crocodilo em todos os dias da folia soteropolitana para celebrar aos 40 anos de desfile. *"A rua vai ferver! Estou chegando!"*, avisou Daniela.

NADJA KOUCHI

EDSON AIPIM/AGNEWS

ALEGRIA DE FÁTIMA BERNARDES
TARDE DE COMPRAS SOB OLHAR DE FÃS

Simpática e distribuindo sorrisos, **Fátima Bernardes** (60) foi a shopping carioca e, entre uma compra e outra, deu atenção especial aos fãs que a abordavam. A alegria da apresentadora do global *The Voice Brasil* tem nome: carnaval! *Habituée* da folia, ela já está pronta para sambar. *"Desde criança eu brincava. Minha mãe sempre me fantasiava, ia assistir às escolas se armando na avenida..."*, revelou a eleita de **Túlio Gadêlha** (35).

FOTOS: MARCELO SÁ BARRETO/AGNEWS

BRUNO E ELENCO
PRODUÇÃO ESPANHOLA

No elenco de *Operação Maré Negra*, série espanhola sobre a vida de um boxeador que se envolve com o tráfico de drogas, **Bruno Gagliasso** (40) prestigiou o lançamento da produção, no Rio, ao lado da atriz **Esther Acebo** (40) – famosa por viver a Estocolmo, em *La Casa de Papel* –, de **Jorge López** (31) e **Leandro Firmino** (44), todos do elenco. *"Eu estou bastante empolgado pela continuidade dessa história. Além, é claro, de retornar a Madri, uma cidade que sempre me acolhe e me inspira de forma tão generosa"*, disse Bruno, acompanhado de sua **Giovanna Ewbank** (36).

A VERSATILIDADE DE ISA SOUZA
NA FLÓRIDA, ELA APOSTA NO DESIGN

Investindo em novos voos, a apresentadora **Isa Souza** (48), conhecida pela comunidade de Miami, Flórida, por pilotar as atrações *Isa Vida y Sabor* e *Rotas dos Sabores*, acaba de abraçar a missão de designer de ambientes especializada em cozinhas. Ladeada pelas empresárias **Júlia Kim** e **Adriana Skaf**, a gaúcha celebrou a nova fase em Boca Raton, nos EUA.

QUEEN LATIFAH ESBANJA BOM HUMOR EM ATRAÇÃO
JIMMY FALLON RECEBE A ESTRELA E FAZ BRINCADEIRA NO PÁLCO

Após brilhar na homenagem que a 50ª edição do Grammy Music Award fez aos 50 anos do *hip hop*, **Queen Latifah** (52) foi ao *The Tonight Show*, apresentado por **Jimmy Fallon** (48), na NBC, em NY. A cantora, atriz e apresentadora falou sobre a expectativa para a estreia da nova temporada da série policial *The Equalizer – A Protetora*, na qual atua. *"Entrei nessa série porque gostei da ideia de fazer justiça à mulher negra na televisão. Achei a ideia incrível, necessária e divertida"*, explicou ela. Entre uma conversa e outra, a dupla se divertiu ao tentar fazer leituras labiais um do outro. *"Eu vou vencer essa disputa!"*, avisou a artista.

NASCE LUCA, O CAÇULA DE CLAUDIA RAIA

A ARTISTA E JARBAS HOMEM DE MELLO APRESENTAM O HERDEIRO

Claudia, que já é mãe de Enzo e Sophia, fruto do casamento com Edson Celulari, agora, curte o caçula, Luca, da união com o multiartista Jarbas Homem de Mello.

"Eu estou encantado. Não consigo tirar os olhos." (Jarbas)

FOTOS: THALITA CASTANHA E REPRODUÇÃO/INSTAGRAM

A cegonha chegou! Após muita expectativa, nasceu **Luca**, o terceiro filho da atriz e produtora teatral **Claudia Raia** (56) e o primeiro do amado, o ator **Jarbas Homem de Mello** (53). O pequeno veio ao mundo com 48 cm e 2,96 kg, em São Paulo. *"O mundo, desde então, tem um novo colorido para a nossa família. Estamos transbordando de felicidade e amor! Bem-vindo!"*, disse a atriz, que passou por uma cirurgia cesariana.

"Nós estamos transbordando de felicidade e amor!" *(Claudia)*

Pai de primeira viagem, Jarbas acompanhou o parto e se emocionou ao falar do bebê. *"Não tenho nem palavras para descrever o sentimento que é ver meu filho vir ao mundo. Estou encantado. Não consigo tirar os olhos dele"*, festejou.

LUDOVICO EINAUDI

underwater tour

17 MARÇO **2023**

VIVO RIO
RIO DE JANEIRO, RJ

19 MARÇO **2023**

VIBRA SÃO PAULO
SÃO PAULO, SP

em até **3x** para todos os clientes

ingressos à venda em eventim.com.br

álbum: underwater
já disponível

LUDOVICOEINAUDI.COM

SIMPLICIDADE E COM MAIS DE 10 MILHÕES

por **Mariana Silva**

O sucesso e o reconhecimento público são só algumas das consequências das escolhas de **Álvaro Xaro** (24). O bom humor, no entanto, sempre o acompanhou. "*Tudo me faz rir, eu sou igual a uma criança*", diz o jovem alagoano, um dos grandes destaques do cenário digital atual.

Embora já estivesse acostumado com uma rotina mais simples e comum, a ideia de seguir uma carreira como influenciador digital surgiu em 2018, quando um vídeo seu, de apenas 12 segundos, viralizou. "*Lembro que, de um dia para o outro, ganhei 50 mil seguidores. Isso aconteceu em uma época que ainda não existia TikTok, os desafios, as trends... Até o* ***Alok*** *compartilhava meus vídeos! Em um ano, bati mais de 1 milhão de seguidores*", relembra ele, que chegou ao ápice em 2020, durante a pandemia de covid-19. "*Foi algo avassalador. Como não podíamos sair, eu produzia todos os meus conteúdos em casa. O povo estava sedento*

"Hoje em dia, a internet é o meu trabalho. É de onde vem minha renda."

HUMOR INSPIRAM ÁLVARO XARO
DE SEGUIDORES, ELE VALORIZA CENAS DA VIDA REAL

Muito espontâneo, o influenciador digital entrega sorrisos. No destaque, o momento do noivado com Victor Vitorino, o Môzi, em NY.

FOTOS: PAULLO SANTOS; AGRADECIMENTOS: DROSOPHYLA BAR

"Tudo me faz rir. Sou igual a uma criança." **(Álvaro)**

Alagoano, ele se divide entre Maceió e São Paulo para trabalhar. Álvaro e Victor exibem as alianças de noivado. O casamento deve acontecer em 2024.

de conteúdo diferente. A TV só passava desgraça e a gente precisava rir", emenda. Agora, são mais de 10,8 milhões de seguidores só no Instagram. Álvaro ainda se destaca em outras redes sociais, como o TikTok e o Twitter. *"Cresci tanto que até larguei a faculdade para me dedicar totalmente à internet. Hoje, esse é o meu trabalho. É de onde vem minha renda"*, explica ele, recordando o curso de Publicidade e Propaganda, ao qual se dedicou por quase um ano. *"Ficava na aula, mas só pensava em vídeo. No fim, reprovei em três matérias. Decidi largar"*, conta, aos risos. No futuro, porém, ele quer voltar a investir nos estudos. *"Penso em fazer teatro. Já fiz um curso que foi maravilhoso. Quero aprender ainda mais"*, afirma.

"O povo estava sedento de conteúdo diferente. A gente precisava rir."

Se, por um lado, Álvaro colhe os frutos de toda a sua visibilidade, por outro, o crescimento na internet o obrigou a deixar a intimidade em segundo plano. *"Queria um namoro com privacidade, mas não consegui. Me viram com ele em um show e logo descobriram quem era"*, relembra o influenciador, que, então, passou a compartilhar detalhes da rotina com o empresário **Victor Vitorino** (25). O namoro, bem como sua sexualidade, chegou a ser pauta para os *haters*, mas isso não o abalou em nada. *"Lembro que recebi muito ódio no Twitter. Não é gostoso, né? Mas isso não me abala não. O povo acha que falar mal de mim vai me prejudicar, mas não vai... Não gosta de mim? Vai me ver na CARAS. Não gosta de mim? Vai me ver em propaganda no shopping, na rua, no metrô. Não gosta de mim? Não use a internet. Eu estarei lá"*, avisa ele, aos risos.

No Drosophyla Bar, em São Paulo, Álvaro expõe seu carisma. Depois de eliminar 22 kg, o *influencer* faz as pazes com o espelho.

Recentemente, aliás, Álvaro resolveu dar um novo status ao relacionamento e pediu Victor em casamento durante uma viagem à Nova York. *"A gente já falava muito sobre isso. Estamos ainda mais próximos, nossa conexão só melhorou"*, garante ele, que planeja subir ao altar no próximo ano, em uma cerimônia realizada na praia. *"Victor é um anjo na minha vida. Todo mundo fala que nunca me viu tão feliz com alguém. Eu espero que a gente tenha uma família linda juntos"*, declara.

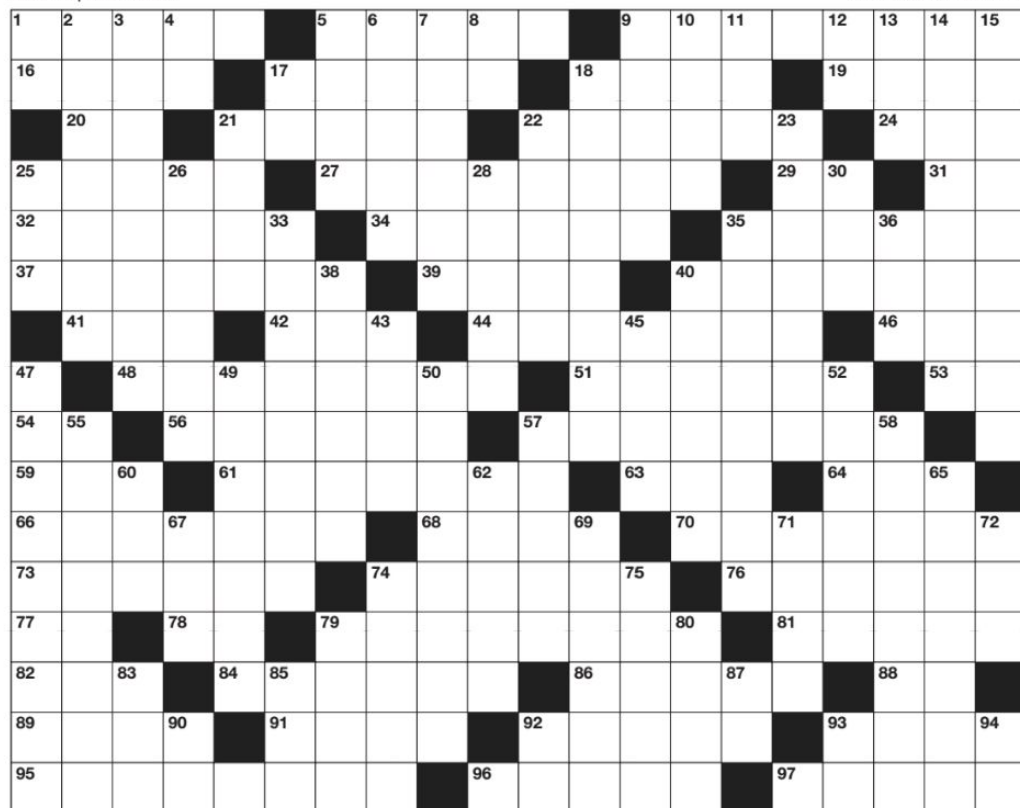
Para manter a mente em equilíbrio e se conscientizar de possíveis contratempos decorrentes de sua ascensão, Álvaro entrega que busca na terapia o amparo necessário para prosseguir. *"Eu lido bem com a exposição. Claro, tem dias que eu só queria chegar a um restaurante e comer com tranquilidade e sem ser abordado… Mas esta é a vida que escolhi"*, reflete. *"A terapia tem me ajudado muito. Acho que é tudo! Todo ser humano deveria fazer. Muita gente tem preconceito e evita, mas penso que é necessário para nos entendermos, nos encontrarmos"*, diz ele, que também recebe o apoio dos familiares. *"No começo, meu pai, que é um cara supersério, advogado reconhecido em Maceió, ficou meio receoso. Mas depois que viu as coisas funcionando, me apoiou e me apoia totalmente"*, conta.

"Terapia é tudo! Todo ser humano deveria fazer. É necessário nos encontrarmos."

Questionado sobre a possibilidade do fim da carreira como influenciador, Álvaro se mostra bastante decidido. *"O que me motiva é o meu próprio crescimento. Quero sempre mais e, quando eu não estiver mais aqui, espero que meu nome continue rodando na boca do povo"*, idealiza, aos risos. ●

CRUZADAS

www.coquetel.com.br

1	2	3	4		■	5	6	7	8		■	9	10	11		12	13	14	15
16				■	17					■	18				■	19			
■	20		■	21					■	22					23	■	24		
25			26		■	27			28					■	29	30	■	31	
32					33	■	34						■	35			36		
37						38	■	39				■	40						
■	41			■	42		43	■	44			45				■	46		
47	■	48		49				50		■	51					52	■	53	
54	55	■	56						■	57							58	■	
59		60	■	61					62		■	63			■	64		65	■
66			67				■	68			69	■	70		71				72
73						■	74					75	■	76					
77		■	78		■	79							80	■	81				
82		83	■	84	85					■	86			87		■	88		■
89			90	■	91				■	92					■	93			94
95								■	96					■	97				

HORIZONTAIS

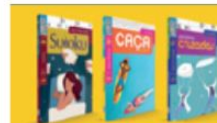
1. Declarar em juízo. **5.** Até logo. **9.** Rir. **16.** A raça do burro. **17.** Grupos de canto. **18.** Transferir a posse. **19.** Lente pequena e simples. **20.** Consoantes de ruga. **21.** Cidade palestina. **22.** Acessório de segurança de carros. **24.** Sílaba de nasce. **25.** Animal-símbolo da Austrália. **27.** Conectado à internet. **29.** Frequência de rádio. **31.** Iniciais do compositor paulista Renato Teixeira. **32.** Parada temporária da respiração. **34.** Muito pessoal. **35.** Aspirar. **37.** Figura do Carnaval brasileiro. **39.** Cômodo de casas. **40.** Mário de (...), escritor paulistano. **41.** Única. **42.** Interjeição telefônica. **44.** O maior artilheiro de todas as Copas do Mundo. **46.** A hora canônica na liturgia católica. **48.** Transgressor de leis. **51.** Amparo a órfão. **53.** Iniciais do filósofo francês René Descartes. **54.** Hiato de coar. **56.** Santificar. **57.** Originada. **59.** Vazio. **61.** Grande mudança. **63.** Extensão de arquivos de vídeo. **64.** Abreviatura de Europa. **66.** Atitude. **68.** Juízo. **70.** Adequar. **73.** Acondiciona em pacotes. **74.** Em oposição a. **76.** Precede o inverno. **77.** Sílaba de gorro. **78.** Sigla da capital mineira. **79.** Derrotado. **81.** Vedar. **82.** Sufixo de virada. **84.** Antiga região da Suméria. **86.** (...) Verissimo, escritor brasileiro. **88.** Consoantes de sala. **89.** Salvador (...), pintor espanhol. **91.** Caminho ladeado por árvores. **92.** Prenome do escritor russo Tchekhov. **93.** Considerado. **95.** Guiar. **96.** Móveis de bares. **97.** Que têm forma elíptica.

VERTICAIS

1. Símbolo de decímetro. **2.** O continente da Suécia. **3.** Niccolò (...), violinista genovês. **4.** Sufixo de rubor. **5.** Boba. **6.** O registro necessário ao corretor de imóveis. **7.** (...) da lei: policiais. **8.** Exímio. **9.** Adiposo. **10.** Inexiste no anuro. **11.** (...) Ketu, grupo de axé music. **12.** (...) Cid, herói espanhol. **13.** Abreviatura de junho. **14.** Móvel da sala de jantar. **15.** Investigado. **17.** Sigla do Ceará. **18.** Pedra preciosa. **21.** Trigueiro. **22.** Casa para idosos. **23.** Parte de cima do uniforme militar. **25.** Carro, em inglês. **26.** Cidade francesa da corrida de 24 horas. **28.** Sobrenome do baterista dos Beatles. **30.** A fonte do sal. **33.** Mágoa. **35.** Impróprio. **36.** Rede local de computadores. **38.** Fábrica de telhas. **40.** Orgulhosa. **43.** A maior aliança militar do mundo. **45.** Brisa. **47.** Ajudado. **49.** Faísca. **50.** A arte de discursar bem. **52.** Partidária. **55.** Alojar. **57.** *O Inferno de (...)*, filme dos EUA. **58.** Procedimento da Medicina Legal. **60.** A mais famosa orquestra brasileira. **62.** Tratamento afetuoso para a madrinha. **65.** Helena (...), atriz paulistana. **67.** Tecla de micros. **69.** Imposições. **71.** Ato público. **72.** Sílaba de furor. **74.** Doar. **75.** A maior artéria. **79.** Peça do quepe. **80.** Córregos. **83.** Nome de árabes. **85.** Gato, em inglês. **87.** Consoantes de canoa. **90.** Hiato de dieta. **92.** Iniciais da atriz carioca Adriana Esteves. **93.** Mídia que consagrou Xuxa. **94.** *(...) Simpsons*, desenho animado.

SOLUÇÃO DO NÚMERO ANTERIOR

O	P	O	R	■	P	L	A	C	A	■	P	E	D	R	O	B	I	A	L
C	A	B	E	C	E	A	D	O	R	■	O	U	R	O	P	R	E	T	O
U	R	E	T	E	R	■	U	N	I	C	E	F	■	L	E	I	■	I	T
P	A	S	E	P	■	A	L	G	■	E	T	E	R	■	P	O	B	R	E
A	G	A	R	■	A	L	T	A	R	■	A	M	O	S	■	S	O	A	R
N	U	S	■	A	C	H	A	D	O	S	■	I	D	O	L	■	M	D	I
T	A	■	A	R	R	E	■	A	R	E	A	S	■	L	I	S	B	O	A
E	I	N	S	T	E	I	N	■	A	N	I	M	O	■	B	I	A	■	■
■	■	I	I	I	■	O	A	S	I	S	■	O	P	R	E	S	S	O	R
C	A	S	A	C	A	■	M	I	M	A	R	■	T	O	R	O	■	F	I
O	M	S	■	O	S	S	O	■	A	T	I	P	I	C	O	■	R	E	G
R	O	E	R	■	E	I	R	O	■	O	T	I	C	A	■	P	E	R	O
O	R	I	O	N	■	C	A	P	O	■	A	R	O	■	T	E	M	E	R
N	O	■	G	A	M	■	D	E	G	O	L	A	■	B	U	R	A	C	O
E	S	P	A	N	A	D	O	R	■	R	E	T	I	R	A	N	T	E	S
L	A	V	R	A	T	U	R	A	■	G	E	A	D	A	■	A	E	R	O

JC PEREIRA/AGNEWS

MISSA DE 7º DIA RECORDA GLÓRIA MARIA

NO RIO, AS FILHAS DA JORNALISTA PRESTAM HOMENAGEM À MÃE

A cerimônia ocorreu na Igreja Nossa Senhora da Paz, em Ipanema. Maria e Laura foram amparadas por amigos e usaram camisetas com a imagem de Glória.

FOTOS: JC PEREIRA/AGNEWS

Para honrar a lembrança da jornalista e apresentadora **Glória Maria**, morta no dia 2 de fevereiro após sofrer complicações causadas por um câncer no pulmão, uma missa de sétimo dia foi celebrada na Igreja Nossa Senhora da Paz, no bairro de Ipanema, na zona sul do Rio. Presentes no local estavam

"Meu maior medo era perder você, até se tornar realidade."
(Maria, filha de Glória Maria)

amigos famosos de Glória, como **Angélica** (49) e **Klebber Toledo** (36), além, é claro, de suas duas filhas, **Maria** (15) e **Laura** (14).

Maria se pronunciou sobre a morte da mãe nas redes sociais: "*Mamãe, o meu maior medo era perder você, até esse medo se tornar realidade. Você ainda está aqui no meu coração. Eu aprendi muito com você. Minha melhor professora da vida*".

ENCONTRO DE LULA COM JOE BIDEN REFORÇA ELO BILATERAL

COM JANJA, PRÉSIDENTE DO BRASIL É RECEPCIONADO NA CASA BRANCA

Com o objetivo de reconstruir relações políticas e econômicas com os EUA, o presidente **Luiz Inácio Lula da Silva** (77) e a eleita, **Rosângela da Silva** (56), a **Janja**, desembarcaram na capital do país, Washington, para reunião com o presidente **Joe Biden** (80), na Casa Branca. *"É com muita alegria que eu regresso ao Brasil, depois de ter uma conversa longa com o presidente Biden sobre vários problemas de interesse dos EUA e do Brasil, tanto no campo da igualdade social, igualdade racial, da energia limpa e questões climáticas, quanto no fortalecimento da democracia. E tenho certeza de que os EUA, por meio de Biden, estão convencidos da necessidade de fazer com que o mundo seja cuidado com mais carinho"*, contou Lula, animado com os resultados do encontro com o norte-americano. *"Nossas duas nações são democracias fortes que foram duramente testadas e prevalecerão"*, afirmou Biden.

FOTOS: RICARDO STUCKERT

FOTOS: CARLOS ALVAREZ/GETTY IMAGES

FELIPE VI E LETIZIA VIAGEM A ANGOLA

Acompanhado de sua **Letizia** (50), o rei da Espanha, **Felipe VI** (55), desembarcou em Luanda, capital da Angola, para viagem oficial de três dias pelo país. *"A Angola é uma terra de oportunidades. Hoje, mais do que nunca, os países amigos têm de preservar uma ordem internacional justa, baseada em regras que têm como pedra angular o respeito pela soberania nacional e a integridade territorial de todos os Estados"*, disse o rei, que, pela primeira vez, visitou um país da África Subsaariana. Os nobres foram recepcionados pelo presidente angolano, **João Manuel Gonçalves** (68), com sua **Ana Afonso** (65). Como sempre, a rainha deu lição de estilo!

TÓIA FERRAZ EM AÇÃO ELA EXALTA FORÇA FEMININA

No elenco da minissérie *Olhar Indiscreto*, da Netflix, **Tóia Ferraz** (35) celebrou a forte presença feminina na produção. *"Nas cenas mais quentes, por exemplo, tive mais conforto e liberdade para gravar, me senti acolhida em todos os momentos"*, contou ela, que dá vida à misteriosa Helena. Além de atuar, há três anos, a atriz tem se dedicado ao papel de roteirista.

NANA GURTI

LUCÍLIA RAMALHO

FELIPE CAMARGO É PROTAGONISTA DE NOVO SUSPENSE DRAMÁTICO NA PELE DE UM ATEU, ATOR PRESTIGIA ESTREIA DE MINISSÉRIE EM SÃO PAULO

Protagonista da série *Santo Maldito*, da Star+, o ator **Felipe Camargo** (62) foi à *première* da produção, em SP, e falou sobre seu personagem, Reinaldo, um escritor e professor ateu. *"A série se apresenta quase defendendo um Estado laico, porque Estados religiosos, através da história, cometeram barbaridades. A história coloca em dúvida os personagens e o próprio espectador. Não é só sobre a fé, mas também sobre honestidade, relacionamento, amor..."*, comentou o ator, que divide cena com **Ana Flávia Cavalcanti** (40) e **Augusto Madeira** (53). A série é exibida com exclusividade em 60 países.

MARTINHO DA VILA
ELE ABRAÇA A LITERATURA

Gênio do samba, **Martinho da Vila** (84) lançou o livro *Memórias de Teresa de Jesus*, uma espécie de biografia familiar que teve sua 1ª edição há 20 anos. *"Houve mudanças na família. Nasceram pessoas, morreram outras. Então, decidi atualizar"*, disse ele, no Rio.

VICTOR CHAPETTA/AGNEWS

ALBERTO E. RODRIGUEZ/GETTY IMAGES FOR DISNEY

TIME DE ESTRELAS *PREMIÈRE* NOS EUA

Mais uma produção do universo Marvel promete hipnotizar os aficcionados por super-heróis. A estreia de *Homem-Formiga e a Vespa: Quantumania*, em Westwood, na Califórnia, reuniu **Michael Douglas** (78), **Kathryn Newton** (26), **Jonathan Majors** (33), **Paul Rudd** (53), **Evangeline Lilly** (43), **Michelle Pfeiffer** (64), **Peyton Reed** (58) e **Victoria Alonso** (57), que integram elenco e equipe de produção. *"Esta noite é a prova de que sonhos podem se tornar realidade"*, ressaltou Kathryn.

OLHAR OTIMISTA
A CARIOCA PROCURA LEVAR

por **Fernanda Chaves**

De volta à teledramaturgia com a global das 9, *Travessia*, a atriz e comediante **Flávia Reis** (47) vive na ficção uma filosofia parecida com a que ela mesma segue: a de encarar a vida com otimismo. Mergulhada em ótima fase profissional, com trabalhos também na Netflix, no Prime Video e no teatro, a artista se divide entre o trabalho, a rotina com a filha, **Cecília** (6), e ainda encontra tempo para defender o veganismo e o consumo consciente. "*A vida tem*

"Eu tenho uma tendência a olhar as coisas da vida com uma certa diversão."

altos e baixos, não é moleza, mas a gente precisa fazer ser divertido, leve...", ensina ela, em entrevista exclusiva para CARAS, no Rio.

– Dez anos longe das novelas. Por que tanto tempo?

– Eu investi na comédia durante um período, porque as pessoas me viam como comediante e a atriz ficou um pouco de fora, sabe? Foi muito bom ter enveredado por esse lado, mas sou, antes de tudo, atriz. É muito interessante ver esse desenho de carreira, como fui para o lugar da comédia e, agora, tenho

DE FLÁVIA REIS PARA A VIDA
TUDO COM BOM HUMOR E DEFENDE O VEGANISMO

No CDesign Hotel, no Rio de Janeiro, a artista celebra a personagem em *Travessia*, da Globo, além de trabalhos no *streaming*.

Abaixo, caracterizada como Marineide. Assim como ela, personagem da novela da TV Globo, também é uma pessoa muito otimista. *"Isso é muito a minha cara."*

a oportunidade de trabalhar em novela, da **Gloria Perez**, que tem outra proposta de dramaturgia. Estou feliz com a possibilidade.

– A Marineide, sua personagem em *Travessia*, é muito positiva. Você também prefere ver o copo meio cheio?

– Total! Eu sou muito Marineide nesse sentido, eu sempre vejo o lado positivo, eu sempre quero juntar meus amigos que estão meio deprê para ficar perto de mim, fazer um programa legal. E a Marineide tem essa característica de cuidar um pouco de quem está à sua volta, de sempre levantar o astral, que, apesar de tudo, vamos em frente. Mas sem ser idiota, Marineide não é deslumbrada, pensando só na coisa bacana da vida. Ela é pé no chão também, só que sempre positivo. E isso é muito a minha cara.

– É uma característica que você tem por conta da profissão?

– É, eu tenho uma tendência a olhar as coisas da vida com uma certa diversão. Sabe, me dá um limão, que eu faço uma limonada? É um pouco essa máxima. A gente que trabalha com humor é muito observador das pessoas, da vida, das situações. Trabalhei muito tempo também como palhaça em hospital, com as crianças. Então, realmente a minha filosofia de vida é um pouco essa, de que a vida tem altos e baixos, não é moleza, mas a gente pode fazer ser divertido, leve, gostoso. Eu preciso ver a vida com esses olhos do humor.

"Restringir a alimentação é comer só carne, peixe e frango."

– E o humor cura, né?

– Para nosso corpo funcionar bem, o nosso lado mais saudável precisa estar conectado com a alegria. É esse sentimento que traz vida para a gente, leveza, força. É por isso que o humor tem essa função tão importante na nossa sociedade, porque eu acho

Mãe da pequena Cecília, a artista mudou os seus hábitos após a chegada da herdeira. Hoje, ela preza pela felicidade e alegria e vive sem ceder a certas pressões.

que a gente sucumbe se não tiver humor. É preciso ter alegria para a gente estar vivo!

– Você, inclusive, faz vídeos bem-humorados sobre a maternidade. Mudou muito depois que se tornou mãe?

– A maternidade é muito cômica! Eu ainda tenho muita coisa escrita para fazer um projeto mais longo. E a maternidade é um lugar de divino na minha vida, porque mudou a minha alimentação, mudou a forma de me relacionar, as minhas escolhas... Eu gosto muito de ser mãe, então, alterei toda a minha rotina para viver a maternidade. 'Largou tudo para viver para a filha?' Não é meu caso, a minha vida seguiu, mas eu mudei muita coisa em função de mim, mãe. Não da minha filha, sabe? Esse é o lugar que eu gostaria de me ver como a mulher, como a mãe, como a atriz. Então, muita coisa mudou depois que a Cecília nasceu.

– Como o quê, por exemplo?

– De não ceder a certas pressões de trabalho, de não comer mais besteira, de querer estar bem para estar com ela e por mim mesma. Porque é cansativo, cuido da casa, da filha, do trabalho. Então, tem que ser legal e, para isso, você tem que estar com a cabeça boa, tem que abrir mão de muita coisa. Coisa que não serve mesmo, que você já falava 'não quero isso', mas fazia. E quando tive minha filha, falei 'quero estar na minha casa, feliz'.

"Gosto muito de ser mãe, então, alterei toda a minha rotina para viver a maternidade."

– Foi nessa fase que você aderiu ao veganismo?

– Foi. Eu fiquei grávida aos 40 anos e já estava querendo mexer na minha alimentação. Também porque a minha mãe teve câncer de mama e faleceu muito nova, então, eu tinha uma preocupação

Vegana, a atriz defende a causa, mas passa longe de radicalismos. ***"É a minha bandeira. É uma questão muito profunda"***, explica a comediante.

FOTOS: FREDERICO TABER/GLOBO/FÁBIO ROCHA/INSTAGRAM; STYLIST: PAULO ZELENKA; BELEZA: VIVI GONZO

com a minha saúde. Eu fiz uma transformação na minha alimentação que é além da carne. Eu não como glúten, açúcar refinado, não bebo, não como animais e derivados. Foi durante a gestação, só que você vai tirando e depois faz parte da sua rotina. Sem contar toda a questão política que envolve comer carne, as inúmeras fazendas que precisam ser desmatadas para a criação do gado, os animais que são sacrificados, tem tanta coisa envolvida que juntou tudo e parei mesmo.

– Você também tenta incentivar seu público a aderir a essa filosofia de vida?

– Estou querendo começar uma campanha assim: Tem alguma terra? Planta! A horta urbana você faz em qualquer canteiro, em qualquer espaço pequeno. Para quem tem criança em casa, então, isso é maravilhoso. Saber o tempo das coisas, a importância de cuidar da alimentação. Porque a gente abre um pacote, coloca no prato e, depois, já não quer mais. Sem ter a noção do tempo que aquilo levou para ser semeado, crescer, virar uma planta, alguém colher, colocar em uma embalagem, levar ao supermercado, às prateleiras. A gente precisa ter essa consciência de novo, a gente precisa entender que é possível viver de outra maneira.

– E você também desmistifica, porque tem gente que acha que vegano não come nada...

"A gente precisa entender que é possível viver de outra maneira."

– Restringir a alimentação é comer só carne, peixe e frango. O veganismo é o contrário disso, tem uma quantidade gigantesca de coisa que você pode comer de vegetais, legumes, verduras, castanhas, frutas. E a minha mensagem não é no sentido: 'seja vegano!' Eu não sou radical. Mas eu gostaria muito que as pessoas tivessem o entendimento sobre a produção dos alimentos que a gente consome. Não é só pelos bichos, é uma questão muito profunda, que diz respeito à nossa saúde também, ao planeta. Eu acredito nisso, realmente é uma bandeira minha.

FOTOS: MARK CUTHBERT/GETTY IMAGES

A CONDESSA SOPHIE
DIA DE COMPETIÇÃO MILITAR

Conhecida pela discrição e pelo engajamento diante de causas sociais, **Sophie** (58), a condessa de Wessex, surpreendeu ao participar da competição anual do quartel Gibraltar Barracks, na pequena cidade de Camberley, a oeste da capital inglesa, Londres. A eleita do príncipe **Edward** (58), caçula da rainha **Elizabeth II** (1926-2022), surgiu a bordo de uma jaqueta camuflada, calça *skinny* e bota e, mesmo assim, não perdeu a elegância. *"Acho que eu estou me descobrindo uma pessoa competitiva aqui!"*, brincou ela, que provou a sua habilidade com o tiro ao alvo. *"Gosto de conhecer pessoas e entender como é a rotina delas, quais obstáculos elas precisam enfrentar para seguir em frente e onde encontram forças para conquistar seus objetivos. Isso é sempre uma lição!"*, falou ela, que conversou com soldados.

JADE PICON: DIA DE TREINO NA PRAIA
A ATRIZ GLOBAL MANTÉM ROTINA SAUDÁVEL

Estrela da trama global das 9, *Travessia*, **Jade Picon** (21) provou que a rotina carioca tem surtido efeito. A bordo de um biquíni cavado verde, a atriz curtiu o dia de folga na Praia da Barra da Tijuca e esbanjou fôlego e disposição ao jogar futevôlei com um grupo de amigos. *"Que essa minha rotina intensa de treinos e alimentação saudável influencie positivamente"*, declarou.

DILSON SILVA/AGNEWS

ENCONTRO EM MILÃO
PARABÉNS DE NARDIM JR.

A secular Milão, na Itália, foi palco de um encontro para lá de animado organizado pelo arquiteto brasileiro **Nardim Jr.** em ocasião de seu aniversário. Entre os convidados, o cônsul-geral do Brasil na cidade, **Haldil Rocha Vianna** (*3º da esq. p/ a dir.*), além do ex-ciclista **Eddy Ratti** e a eleita, a artista plástica alagoana **Geovana Clea**. *"Estar em Milão deixa mais especial!"*, falou Nardim.

AGNEWS

PRESTÍGIO DE MERYL STREEP
APLAUSOS AO AMIGO NATHAN LANE

Depois de anunciar sua presença na terceira temporada da série cômica *Only Murders in the Building*, a diva **Meryl Streep** (73) demonstrou apoio ao teatro. Em Nova York, a premiada atriz prestigiou o amigo **Nathan Lane** (67), na ponta direita, durante a estreia da peça *Pictures from Home*. Estilosa, ela surgiu a bordo de jaqueta de veludo com camisa estampada e calça vermelha. No palco, Nathan dividiu cena com os atores **Zoë Wanamaker** (73) e **Sharr White** (53), com o diretor **Bartlett Sher** (63) e o também ator **Danny Burstein** (58). *"O teatro é a essência da interpretação. Ele é a base para qualquer ator. Sempre que eu posso, venho e aplaudo os meus amigos!"*, contou a atriz veterana, que é graduada em Teatro Dramático.

FOTOS: GETTY IMAGES/ARTURO HOLMES

NOVA FASE DE CARLINHOS MAIA
HUMORISTA IDEALIZA A PATERNIDADE

Radiante! É assim que **Carlinhos Maia** (31) se sente desde que reatou o casamento com **Lucas Guimarães** (29). Dividindo-se entre São Paulo e Alagoas, o *influencer* tem buscado organizar a carreira para, em breve, realizar um dos desejos do casal: aumentar a família. *"Estou diferente. Estou mudando, estou em uma nova fase"*, ressaltou ele. *"São muitos anos gravando as pessoas, fazendo personagens. Ter sempre que estar envolvido com tanta gente o tempo todo... tem hora que a gente precisa seguir nosso caminho"*, avaliou Carlinhos, que se casou em 2019. *"Quero ser pai, quero muito. Mas não agora. Quero me programar para ser pai"*, afirmou ele. Carlinhos comprou uma nova casa em São Paulo, que está em fase de finalização. Ele soma mais de 26 milhões de seguidores nas redes sociais e mais de 2 bilhões de visualizações.

FUNDADOR DA EDIÇÃO ORIGINAL:
Jorge Fontevecchia
CARAS *é editada na Argentina, Brasil, Portugal e Uruguai*
PRESIDENTE
Luis Fernando Maluf
VICE-PRESIDENTE
Wardi Awada
DIRETORES CORPORATIVOS
Editorial: Pablo de la Fuente
Comercial: Márcio Maffei
Finanças e Controle: Filipe Medeiros
Marketing e Circulação: Luciana Romano
Diretor de Publicidade: Willian Hagopian
Internet: Tomás Rocha Sampaio
Conteúdo digital: Ademir Correa

(Lançada em 1993)

Editor-Chefe: **Fabricio Pellegrino** ; Subeditora: **Tamara Gaspar** *(SP)*; Redação: **Mariana Silva**. Revisão: **Hellen Ribeiro**; *Editor de Arte*: **Pedro Mazzuchelli.** Fotografia: **Tainara Amaral**; Prepress: **Emerson Cação**. Publicidade: **Conceição Augusto, Wagner Santos** e **Mariana Denani;** Opec: **Meire Mariano** e **Vania Almeida**; Tecnologia: **Victor Fontes** e **Ricardo Jota**; Colaboraram nesta edição: **Daniel Palomares, Fernanda Chaves** e **Priscila Jucá** *(Reportagem)*; **André Uva** *(Prepress)*; **Alana Sala** *(Design)*; **Henrique Cavalcanti** *(Arte)*; **Samanta Ribeiro Brassoli** *(Foto)*.

REDAÇÃO E CORRESPONDÊNCIA

SÃO PAULO: Av. Eusébio Matoso, 1.375, 5º andar, Pinheiros, CEP 05423-180, SP, Brasil; **Publicidade:** Tel. 2197-2104/2122

CARAS (ISSN 0104-396X) é uma publicação semanal da Perfil Brasil. **Edições anteriores:** Solicite ao seu jornaleiro pelo preço da última edição em bancas, mais despesa de remessa; sujeito a disponibilidade de estoque. **Distribuída na Grande São Paulo pela BrancaLeone Distribuidora. No Grande Rio pela Apache Logística** e para as demais regiões do Brasil, **pela Ediouro Publicações. CARAS** não admite publicidade redacional.
A **CARAS** informa que não realiza cobrança telefônica de débitos pendentes e não aplica qualquer tipo de multa em virtude de cancelamento de assinatura. Todos os nossos boletos são emitidos através do banco Santander em nome da Perfil Brasil. Em caso de dúvida, ligue para nós.

PARA ASSINAR OU RESOLVER OS ASSUNTOS RELATIVOS À SUA ASSINATURA, ACESSE: www.assineclube.com.br
SE PREFERIR LIGUE:
São Paulo: (11) 3512-9479 - Rio de Janeiro: (21) 4063-6989
Belo Horizonte: (31) 4063-8156
Segunda a sexta-feira das 9h às 18h
Para direitos de reprodução dos textos e imagens de CARAS, email para: licenciamento@caras.com.br

NOTA DO EDITOR I: Ninguém está autorizado a, em nome da revista CARAS, propor a realização de eventos, viagens e/ou qualquer tipo de promoção. Recomendamos confirmar todo contato em nossos escritórios.
NOTA DO EDITOR II: A CARAS agradece a todos aqueles bem-intencionados que fazem chegar presentes e convites pessoais a seus funcionários, mas informa que, pela nova política da casa, os presentes serão direcionados a pessoas carentes e os convites não poderão ser aceitos: neste caso, todas as propostas de viagens devem ser de caráter profissional e direcionadas à Superintendência da revista para tomada de decisão.
A revista CARAS não está autorizada a fornecer endereços, números de telefones nem quaisquer outras informações pessoais dos famosos.

EDITOR RESPONSÁVEL
Wardi Awada

IMPRESSA NA ESDEVA INDUSTRIA GRÁFICA:
Av. Brasil, 1405 - Poço Rico,
Juiz de Fora - MG, CEP: 36020-110

BELEZA

CARNAVAL DE CORES

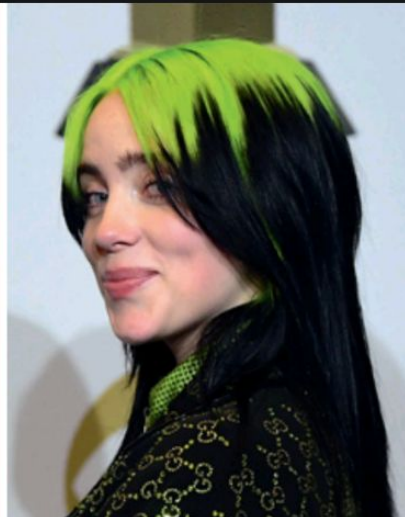
Inspire-se no clima de alegria da folia!

O carnaval já chegou e não existe hora melhor para escolher a fantasia, ousar no visual e se jogar na folia! Os cabelos não ficam de fora da festa e, nesta época do ano, é comum encontrar madeixas de todas as cores pelas ruas do Brasil. Rosa, verde, azul, laranja, roxo e outros tons fora do convencional fazem a cabeça das foliãs, mas é preciso ter cuidado na hora de colorir os fios, para não prejudicar o visual e danificar o cabelo. "*Hoje, a maior parte das tinturas de fantasia age de forma superficial nos fios, como uma espécie de tonalizante, isso porque muitas marcas não adicionam em sua formulação amônia ou água oxigenada — produtos que são usados nas tintas convencionais para abrir e revelar a cor*", explica o renomado *hairstylist* **Luigi Moretto**, de São Paulo. "*A única ressalva é que, antes da aplicação, existe a necessidade de descolorir os fios, uma vez que a tinta não tem o poder clareador e o fundo escuro impede que os tons coloridos apareçam*", avisa o profissional. O cabelo colorido é uma febre dentro e fora do Brasil e já apareceu em diferentes versões e colorações em estrelas como **Katy Perry** (38), **Billie Eilish** (21) e **Hayley Williams** (34), a atriz **Florence Pugh** (27) e as *influencers* **Kylie Jenner** (25) e **Marcela McGowan** (34). A coloração pode ser atingida com tinta spray, giz pastel ou mesmo rímel para cabelos e cada uma pode escolher se quer colorir só algumas mechas ou mergulhar, literalmente, de cabeça na nova cor. Outros métodos pouco ortodoxos para tingir os fios, porém, devem ser evitados. "*Usar o papel crepom, por exemplo, pode causar ressecamento intenso e deixar o cabelo poroso. Além de manchar e ressecar os fios, ainda tem como consequência tingir o cabelo de forma desigual, causar alergias e problemas no couro cabeludo. Tintas artesanais não apropriadas para os cabelos, como a guache ou acrílica, oferecem o risco de queimaduras ou lesões no couro cabeludo, além de manchar os fios, que podem demorar para perder a nova coloração*", alerta Luigi. Independentemente da cor eleita, tenha cuidado ao fazer o tingimento.

por **Daniel Palomares**

Para cair no samba, apostar em cabelos coloridos pode trazer ainda mais destaque para a sua fantasia, além de renovar o visual nos tempos de folia. A estrela Kylie Jenner, por exemplo, tingiu as madeixas de ponta a ponta. Nomes como Florence Pugh, Billie Eilish e Marcela McGowan investiram em algumas mechas coloridas. Enquanto isso, a roqueira Hayley Williams dividiu seus fios em duas cores: rosa e laranja. Famosa por lançar tendências, Katy Perry é pioneira no visual com cor.

FOTOS: GETTY IMAGES E REPRODUÇÃO/INSTAGRAM

unicef | para cada criança

Por que o UNICEF é o parceiro ideal para a agenda ESG da sua empresa?

O Fundo das Nações Unidas para a Infância, o UNICEF, é a organização líder pela garantia dos direitos das crianças e atua há mais de 70 anos no Brasil. Junto a empresas e fundações corporativas brasileiras e mundiais, unimos forças para alcançar os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável e transformar o presente de milhares de crianças e adolescentes para atingirem seu máximo potencial.

- **TOP 10** no ranking de organizações sociais internacionais mais transparentes;[1]
- **94% da população nacional** reconhece o valor da marca UNICEF;[2]
- Capilaridade nacional: **atuação em todo o território.**

“Acredito que à medida que mais empresas e pessoas se comprometem com a sustentabilidade em todas as suas formas, temos mais chances de avançarmos com a redução das desigualdades. O saneamento é parte fundamental desse processo. Temos orgulho de sermos parceiros do UNICEF na agenda ESG, conciliando o desenvolvimento econômico, o compromisso social e políticas públicas. Promover a educação e um futuro melhor para nossas crianças é uma responsabilidade de todos nós.

Teresa Vernaglia, CEO da BRK Ambiental

Saiba mais sobre parcerias corporativas no UNICEF pelo QRCode ao lado. Se preferir, escreva para parcerias@unicef.org.

 [1]Fonte: Aid Transparency Index, 2018. [2]Fonte: UNICEF Barômetro, 2018.

COZINHA DE CARAS

AMENDOIM

O amendoim é a semente do amendoinzeiro (*Arachis hypogaea L.*), uma planta baixa que desenvolve raízes com vagens, dentro das quais estão as sementes, que quando torradas tornam-se mais apetitosas e digeríveis. Esse fato inspirou a expressão tupi *madu'bi*, que significa enterrado, da qual derivou a palavra amendoim. Embora a semente se pareça com uma castanha, botanicamente trata-se de uma leguminosa, parente bastante próxima das ervilhas e dos feijões. O amendoinzeiro é uma planta rasteira, com caule pequeno, folhas compostas e uma raiz que alcança entre 30 e 50 cm de profundidade. Das flores, pequenas e amarelas, depois de fecundadas, desce um filamento que penetra no solo, onde as sementes se desenvolvem. Junto com o chocolate, o tomate, o abacaxi, a batata, além da mandioca, o amendoim colaborou para redesenhar a gastronomia no mundo inteiro a partir das Grandes Navegações do séc. XVI. Ele se popularizou mais rapidamente pelo mundo do que no Brasil. Enquanto o consumo per capita por aqui é de 800 g por habitante ao ano, o consumo na China é 6,2 kg, na Índia e nos EUA, 6,3 kg, na Indonésia, 6,5 kg e na Holanda, incríveis 10,5 kg. Atualmente, o amendoim, torrado e salgado, é consumido largamente como tira-gosto em diversos países andinos e na Espanha. Em Israel, eles fazem o *kabukim*, amendoim torrado recoberto com uma mistura de farinha, sal e amido. Na Indonésia, são usados em saladas *gado-gado* e *pecel*. Na China, além de tira-gosto, é ingrediente do *kung pao*, ou frango xadrez. No Brasil, é consumido como um petisco em restaurantes, mas é nos doces juninos, como a canjicada, a paçoquinha e o pé de moleque, que fica claro o quanto o amendoim é um ingrediente amado e muito usado pelos brasileiros.

Receitas, produção, estilismo culinário e pesquisa de texto e informações nutricionais: Maria Luiza de Brito Ctenas.

GETTY IMAGES

SAÚDE

É bom para
Quem valoriza dietas antioxidantes, pois é rico em vitamina E, que protege as células do corpo contra o efeito dos radicais livres que surgem da respiração celular.

É ruim para
Quem deseja fazer dieta com restrição calórica porque se trata de alimento muito energético e riquíssimo em gorduras. Por isso deve ser consumido com moderação.

FICHA TÉCNICA

100 gramas de amendoim, torrado e salgado, contêm:

Calorias – 599 kcal	Cálcio – 61 mg
Proteínas – 28 g	Fibras – 9,4 g
Carboid. – 15,3 g	Sódio – 320 mg
Gorduras – 52,6 g	Vitam. E – 6,9 mg
Gordura sat. – 8,7 g	Niacina – 13,8 mg
	Fósforo – 397 mg
	Potássio – 726 mg
	Ferro – 1,5 mg

COMO SE ESCOLHE

Cru ou torrado, o amendoim é encontrado empacotado em supermercados, mas raramente a granel. Fique atento ao estado geral da embalagem e à data de validade. Prefira os produtos mais jovens. A granel, preste atenção à higiene do local. O amendoim também é propenso à contaminação por aflatoxinas. Essa substância, danosa para saúde e invisível a olho nu, se desenvolve na presença do fungo em temperatura entre 30°C e 35°C e com umidade do ar acima de 80%. Todas essas condições só podem ser controladas pelos fabricantes, razão pela qual é importante sempre escolher produtos de procedência confiável.

COMO SE PREPARA

Frequentemente consumido como tira-gosto, torrado e salgado, o amendoim é um clássico ingrediente de doces regionais como a paçoquinha e o pé de moleque. Para preparar o amendoim torrado é simples: disponha os amendoins em assadeira plana. Evite que os grãos fiquem amontoados e os coloque com folga. Preaqueça o forno a 180°C. Coloque a forma na prateleira central do forno. Não há necessidade de virá-los neste caso. Asse por 15 a 20 min. Retire do forno. Coloque os amendoins torrados em um pano de prato limpo e esfregue-os. As peles se destacarão dos grãos. Sirva-os limpos.

MINHA RECEITA

Nadja Haddad (apresentadora)

Vou fazer *Frango com Amendoim*. Tempero 1 kg de coxa e sobrecoxa de frango com sal, alho e pimenta. Refogo 2 cebolas picadas no azeite, somo um pouco de sal e, quando estiver transparente, acrescento 5 dentes de alho triturado. Coloco a coxa e a sobrecoxa e mexo até dourar. Salpico 1 pitada de canela, 1 col. (sopa) de curry, sal, pimenta-do-reino e salsinha a gosto. Cubro com água e deixo cozinhar com a tampa semiaberta. Por fim, misturo 2 xíc. (chá) de amendoim torrado, ajusto o sal e deixo 5 minutos na panela. Sirvo com arroz!

LIGHT

SALADA DE CENOURA, AVOCADO E AMENDOIM

Corte as três cenouras em rodelas e cozinhe em uma panela com água fervente até ficar *al dente*. Retire do fogo e escorra a água. Arrume a polpa de um avocado picado em uma tigela e regue com cerca de 30 ml de suco de limão misturado com duas colheres de hortelã, duas de azeite e uma de mostarda. Junte a cenoura, a cebola roxa, o tomate seco, o amendoim, o miniagrião e o sal. Misture com delicadeza e sirva.

Para 4 porções: 3 cenouras roxas ou ervilha-torta, polpa de 1 avocado picado, 30 ml de suco de limão, 2 colheres (sopa) de hortelã picada, 2 colheres (sopa) de azeite de oliva extravirgem, 1 colher (sopa) de mostarda, ½ xícara de cebola roxa em gomos, 100 g de tomates secos picados, 4 colheres (sopa) de amendoim tostado, 1 colher (chá) de sal, 2 xícaras de miniagrião.

RÁPIDA

PESTO DE ESPINAFRE COM AMENDOIM

No copo do liquidificador, coloque os dois dentes de alho e o azeite de oliva. Bata em velocidade alta por 1 minuto ou até obter uma pasta. Incorpore, aos poucos, 200 g de folhas e talos de espinafre e bata na função pulsar até triturá-los. Acrescente o amendoim, o queijo parmesão, o sal e a pimenta-do-reino. Bata rapidamente e sirva com massa (*serpentine*). Decore com minitomate grelhado e folhas de espinafre.

Para 4 porções: 2 dentes de alho sem casca, 100 g de amendoim triturado, ½ xícara de azeite de oliva, 200 g de folhas e talos de espinafre, ½ xícara de queijo parmesão ralado, 1 colher (chá) de sal, 1 pitada de pimenta-do-reino moída. Para acompanhar: *serpentine*. Para decorar: minitomate grelhado e folhas de espinafre.

ECONÔMICA

PAVÊ DE AMENDOIM

Em uma tigela refratária, bata a manteiga e o açúcar até obter um creme claro. Junte as gemas e cozinhe, em banho-maria, sem parar de bater até obter um creme — não deixe ferver. Retire do fogo e misture o creme de leite e a metade do amendoim. Em taças, monte camadas alternadas de biscoitos umedecidos no leite e o creme com amendoim. Termine com creme. Por cima, coloque o doce de leite e distribua o amendoim restante. Leve à geladeira. Ao servir, decore com hortelã.

Para 4 porções: 3 colheres (sopa) de manteiga, 4 colheres (sopa) de açúcar, 1 gema, ½ xícara de creme de leite e 1 xícara de amendoim torrado e moído, 100 g de biscoito de maisena, 100 ml de leite, 100 g de doce de leite bem cremoso. Para decorar: hortelã.

GOURMET

FOTOS: ANDRÉ CTENAS

CANUDO COM ESPUMA DE LARANJA

Bata 4 col. de açúcar com 2 col. de manteiga, a farinha, o suco, a metade da cascas de laranja e o amendoim. Arrume a massa em assadeira forrada com *silpat* em 8 montinhos e espalhe. Leve ao forno, a 180°C, até dourar. Enrole a massa quente em um cilindro de metal (2 cm diâm.). Amorne o leite, a canela e a casca de laranja restante. Junte as gemas batidas com o açúcar restante. Cozinhe em fogo baixo, sem parar de bater, até encorpar. Deixe gelar, misture o creme de leite e coloque em garrafa sifão ou bata na batedeira.

Para 4 porções: 8 col. (sopa) de açúcar, 2 col. (s) de manteiga, 2 col. (s) de far. de trigo, 20 ml de suco de laranja, cascas de 1 laranja, 3 col. (s) de amendoim picado, 70 ml de leite integral, 1 pedaço de canela em rama, 3 gemas, 150 ml de creme de leite fresco. Para acompanhar: suco de maracujá reduzido.

ATENÇÃO: 1 COLHER DE SOPA: 15 ML — 1 COLHER DE CHÁ: 5 ML — 1 XÍCARA (CHÁ): 240 ML